



マッスルタイム 低学年

今朝は、低学年のマッスルタイムがありました。『あんたがたどこさ』の曲を歌いながら左右にジャンプをして、歌詞の『さ』のときだけ、前にジャンプするという約束で体を動かしました。この運動遊びでは、リズム感と耐久力、調整力等を身に付けることができます。最初は、上手いきませんでしたでしたが、何回か練習していくうちに上手になり、楽しく運動することができました。

