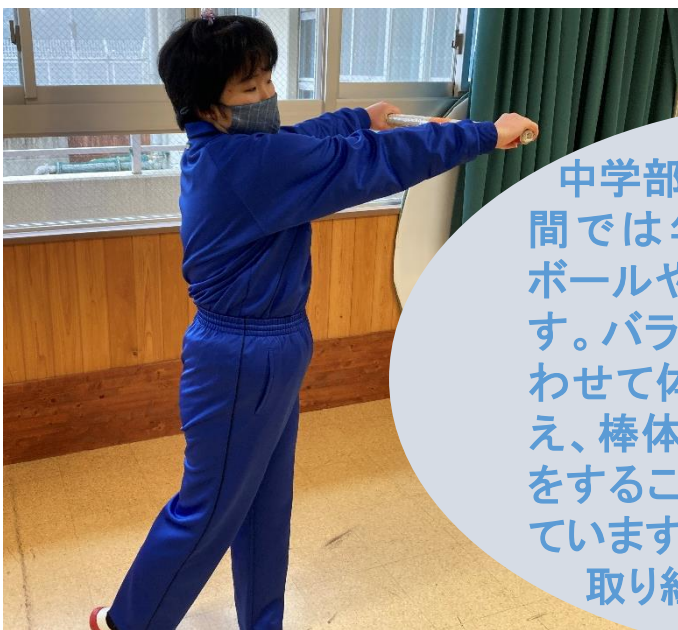




中学部3年 保健体育「バランスボール・棒体操」



中学部3年生の保健体育の時間では年間をとおしてバランスボールや棒体操に取り組んでいます。バランスボールでは音楽に合わせて体を動かすことで体幹を鍛え、棒体操では手本どおりの姿勢をすることで身体の柔軟性を高めています。みんないきいきと楽しく取り組んでいます。