

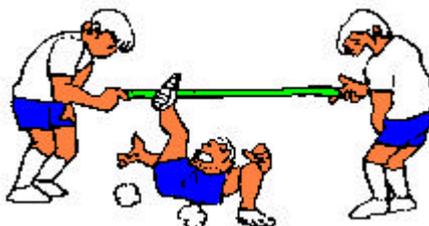
(イ) 用具を使って (ボール・棒・その他)



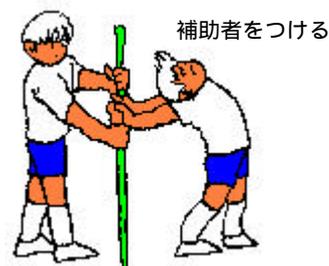
持ち手の幅を変えて足を前から後ろに抜く



足を大きく開いて行う

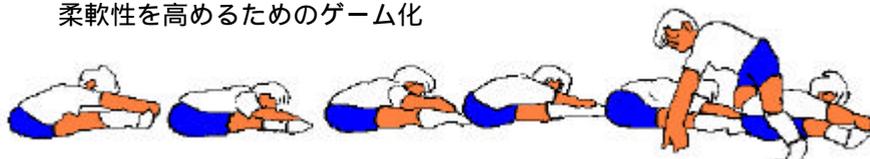


高さをいろいろ変える



補助者をつける

柔軟性を高めるためのゲーム化

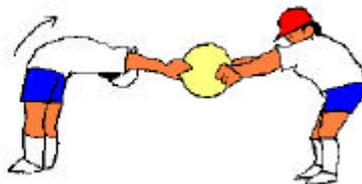
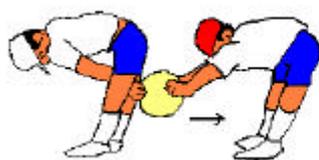


長座で前屈している上を、両手両足をつけてまたぎ越す。

段差を利用したボール取り



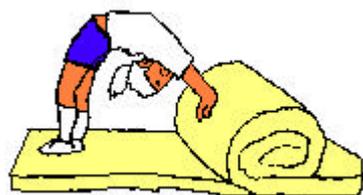
前屈と上体そらしの組み合わせゲーム



ボールとゴムひもを使って



目標は実態に合わせて



マットを丸めて



ろく木を利用して