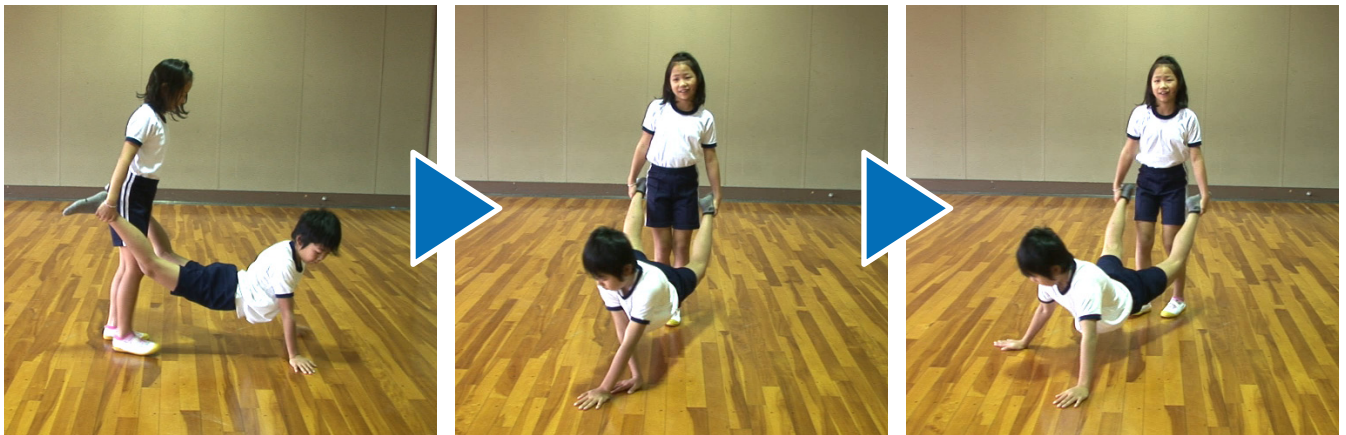




とけいまわり

うごきかた

- 1 手おし車のしせいから、足をもつ人がその場で円をえがくように1周します。うで立てふせのしせいをくずさないようにしましょう。



ポイント

- ★ 「1周を30秒」・「1分間に何周回れるか」というように目標を決めて取り組みましょう。