

保健給食委員会みどり保育園へ



体幹を鍛える
「3つのポーズ」

- ・ひざ曲げバランス
- ・バランス「T」
- ・横向き体幹

保健給食委員会による恒例の保育園訪問です。今回は「病気に負けない体づくり」をテーマに、園児さん向け「楽しく体幹を鍛える方法」等を伝授しました。



4・5年生自作クイズ

掲示用に「3つのポーズ」の写真をプレゼント



自分たちで役割を分担し、4・5年生は、「筋肉・風邪予防のクイズ」を自作し、6年生は「体幹を鍛える3つのポーズ」を特訓して園児さんに向き合いました。