



おうちで投力アップ

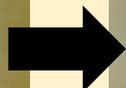


意識してみよう

ひじを上げよう!

なげる方向をよく見て

びゅーん!



なれてきたら

バランスを取りながら

しっかりふみこんで

つよくふりぬこう!



おうちでやってみよう!!!

あんぜん かくにん

まわりの安全を確認からチャレンジしてね

① タオルで素振り



かがみの前で
フォームをチエック

うっかん!!!

② めんこでスイング

段ボールの切れはして!



うでをムチのように

しならせよう!



③ 紙てっぽう



ぱーん



大音量注意!!!

おうちの人と作ってみよう!(材料:新聞紙)

