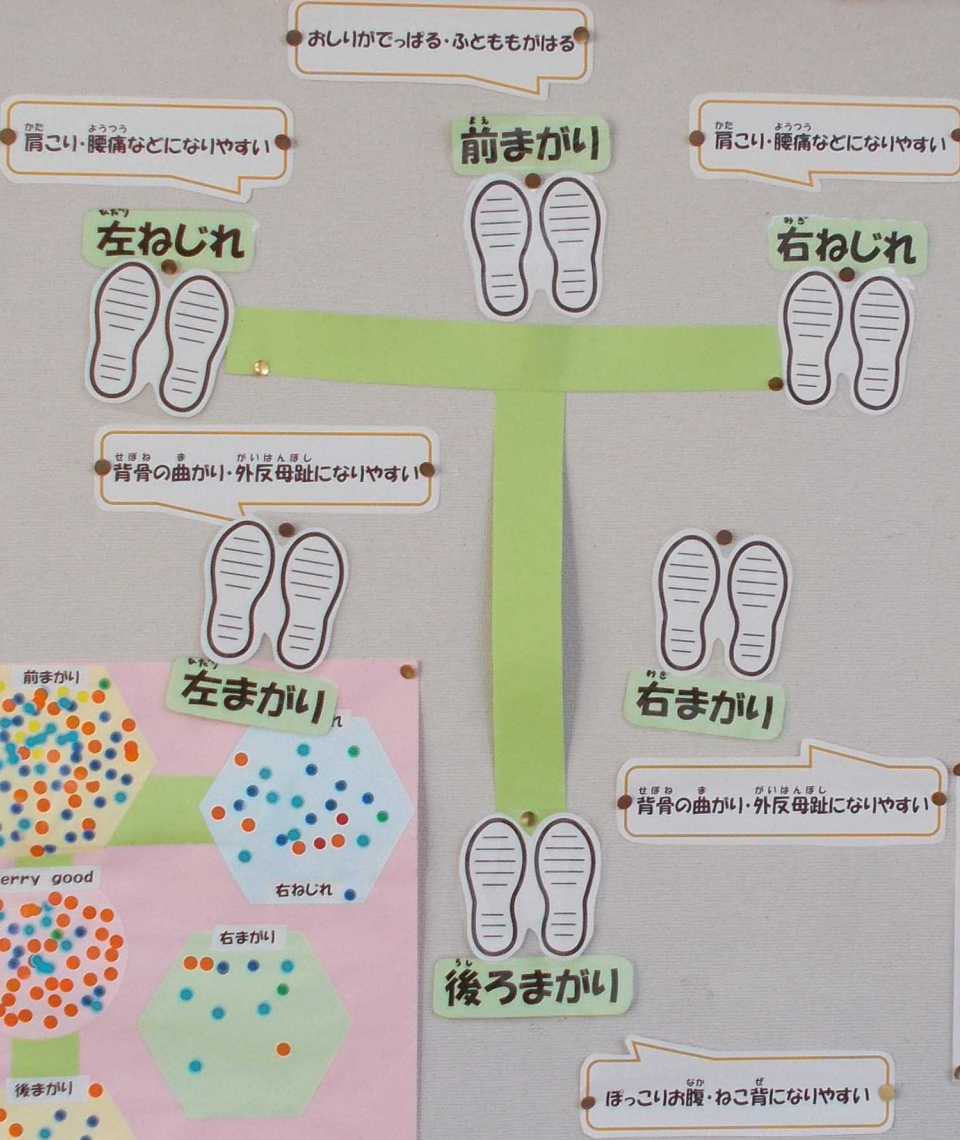


# 背骨まがっていないかな？



やってみよう

- ゆかの T に足をそろえて立つ。
- 目をしてその場で両手両足を高くあげて50回足ぶみをする
- 終わったときどこにいるかな？



## わるい姿勢



姿勢がわるいと...

- ☆内臓がおされて、内臓が病気になる
- ☆背骨がまがる
- ☆目がわるくなる
- ☆心が晴れ晴れしない



- 6年
- 5年
- 4年
- 3年
- 2年
- 1年