



[中学校体育の授業づくり] チーム・ダンスエアロビックの内容と指導の実際

実技講習会 H25.7.25

【講師】 公益社団法人日本エアロビック連盟参与
FIG 国際体操連盟公認審判員
東北エアロビック協議会会長
宮城県エアロビック連盟理事長

小松 喜久子氏

まずは
自己紹介から



日本エアロビック連盟
より参加者全員に寄贈され
たテキスト



ウォーミングアップで、
体も心もほぐれました。



後半は、チームごと
の発表会。
じゃんけんで順番を
決めます。



この笑顔
をご覧ください！



気分は
EXILE?

ザ・発表会



最後は、二人組でストレッチ



足は、意外と力があります。これ気持ちいいですよ。

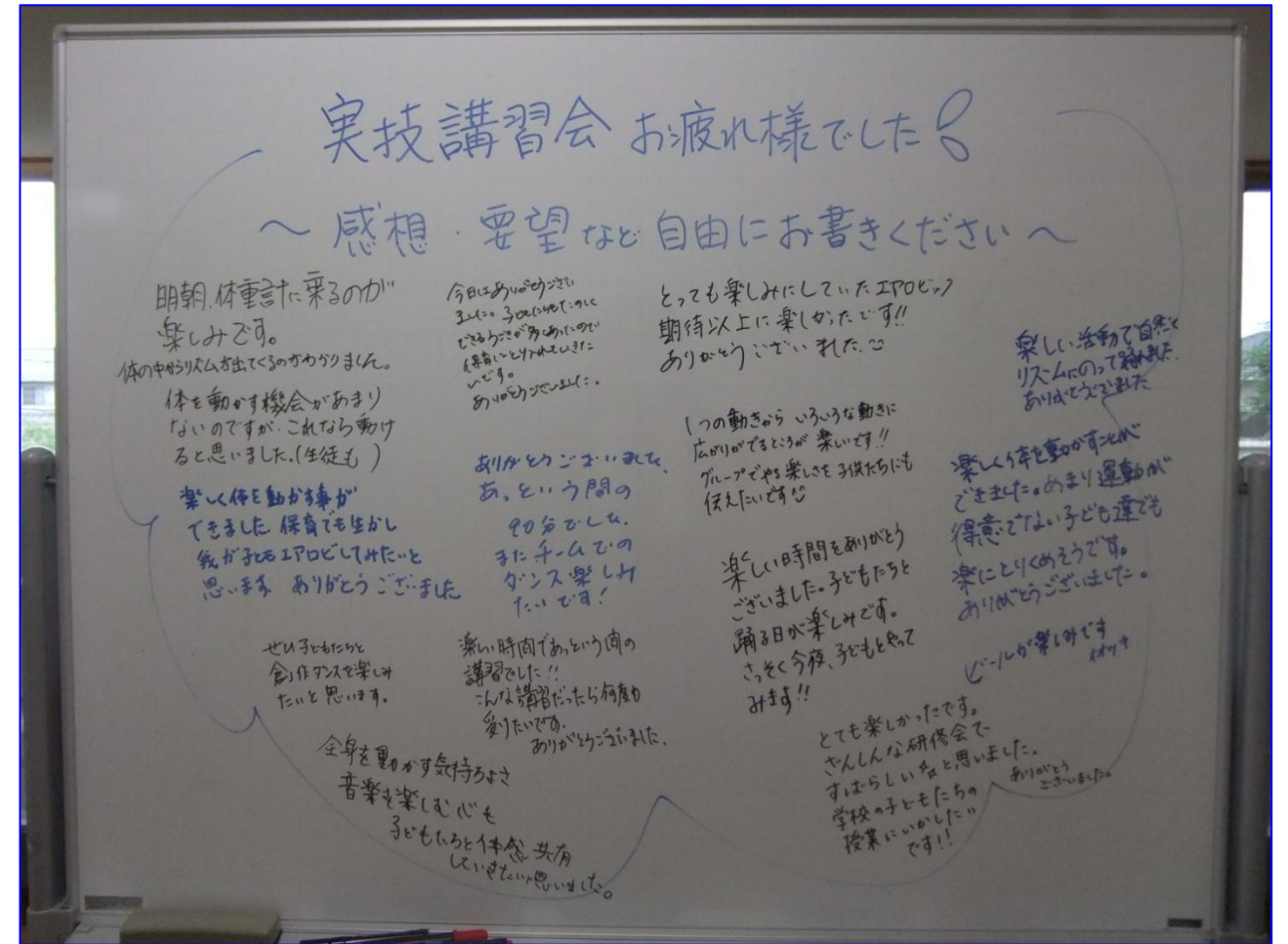


体も心もクールダウン



お疲れ様でした!!

講習会の様子は『宮城県エアロビック連盟』ホームページ中の「東北エアロビック協議会」にも掲載されています。



太田総合病院附属桔梗保育園、あぶくま養護学校、聾学校の職員の皆様、お忙しい中ご参加いただき、ありがとうございました。