



太ももの上



手を前へ



肩の上

【ルール】

軽くこぶしを握った両手を上下に合わせます。

太もも→前→肩と動かしていきます。

左右とも行います。

【ポイント】

スタッフの声掛けに合わせて動かしましょう。リズムよくやりましょう。

目的・効果

両手の協調性の改善、身体認知の改善、両上肢の運動性の向上