



【進め方】

- ① 2チームに分かれて円になります。
- ② 足の甲にお手玉を置き、落とさないように隣へ隣へと運んでいきます（落としたお手玉は足で拾うようにします）。
- ③ 制限時間以内にできるだけたくさんのお手玉を回したチームの勝ちです。

目的・効果

足部の感覚向上、足先の運動性向上、他者との協調性の向上