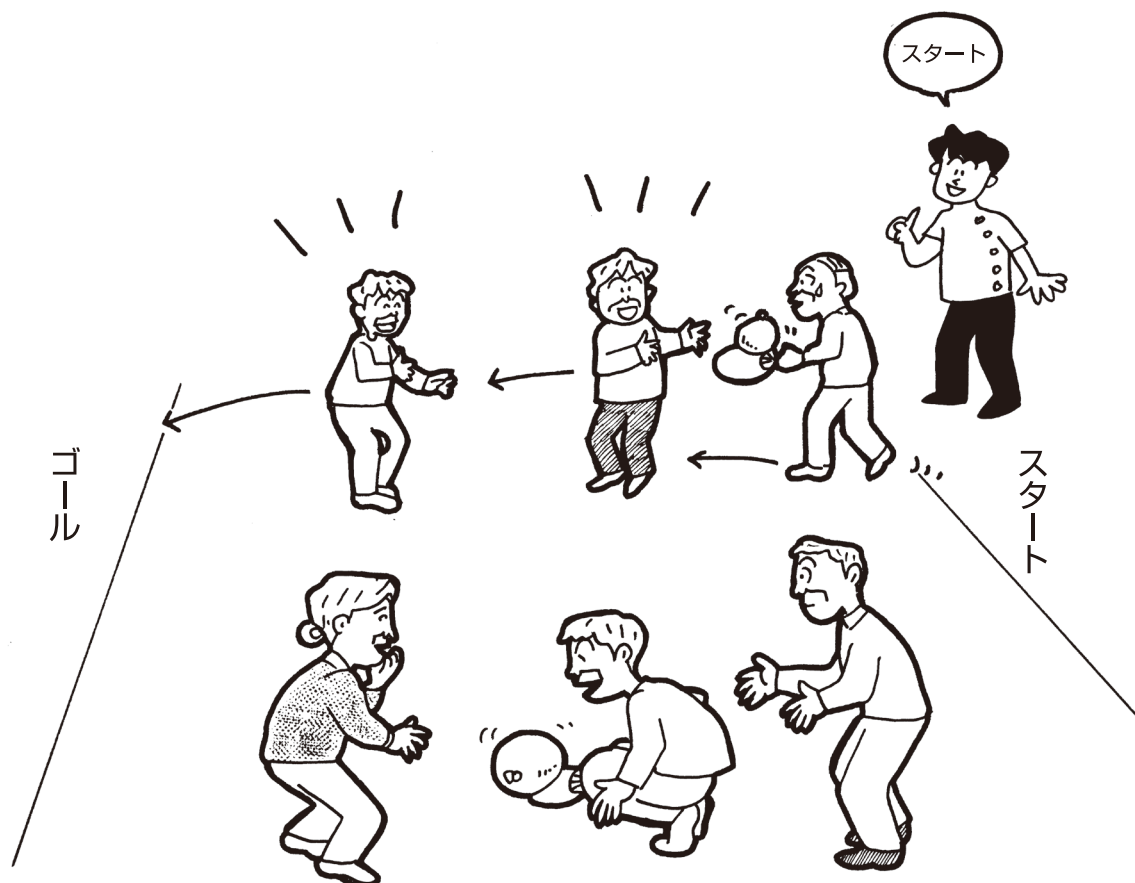


**【進め方】**

- ①何チームかに分かります。各チーム、スタート地点からゴール地点まで、同じ間隔をあけて立ちます。
- ②「よーい、ドン!!」で、1番の走者はうちわに風船をのせて、次の走者のところまで運びます。2番目の走者はそれを受け取り、次の走者のところまで運びます。風船の運び方は、それぞれが工夫して考えます。
- ③うちわから風船が落ちた場合は、手を使わず、うちわですくいます。(または、スタッフが拾います。)そのまま続けて、ゴールに早く着いたチームの勝ちです。

目的・効果

上肢・下肢筋力の維持、集中力の向上