



## 【進め方】

- ①いろいろな場所に牛乳パックを置きます。
- ②制限時間内にたくさん落とした人の勝ちとします。

## 目的・効果

座位バランスの強化、上肢の巧緻性・協調性の向上、  
距離感覚の向上