

## 中学部3年 「ラダー、ミニハードル」（体育）

体育で、ラダーやミニハードルに取り組んでいます。ラダーでは、いろいろなステップにチャレンジしたり、ミニハードルでは跳び方を工夫したりし、それぞれ様々な跳び方を練習しています。繰り返し練習することで、スムーズになってきたり、スピードを上げてできるようになってきたりしています。

