

重量あげ？

—それもOK

転がして？

—そう、はらばいになって

走りまわろう!!



《新発売》 運動具研究会推進

キンダーバーベルローラー



匍匐という運動は、体育的な見地からみれば、健康の保持増進に大変役だつものですが、最近の文化生活では、この運動が次第に失われつつあるといえます。そうしたところから、この匍匐の運動をもっと生かし、しかも自然なかたちで興味ある運動具にしたものが、このバーベルローラーです。健康や体力づくりの必要から生まれたこの遊具は、形が重量あげに似ており、また転がるところから、バーベルローラーというなまえがつけられました。が、近代的な新しい運動具として、これからの幼児生活に欠かせぬものとなりましょう。

●特長●

- 1 技巧を必要としないで誰にでもできます。
- 2 軽くて持ち運びが自由ですから、どこでも遊べます。
- 3 短時間に、運動量を充分にとることができます。

●効果●

- 1 握力・腕力・肩帯などを強くし、胸廓を広くします。
- 2 首・背腹・足などの筋力の強化に効果があります。
- 3 平均・器用・メマイ・持久力などの能力を高めます。

4 倒立に近い形で運動するので、内臓を刺激し、幼児のからだを健康にします。

●遊び方●

- 1 自由に転がして自由に走りましょう。
- 2 旗などを回ってリレー競争もできます。
- 3 棒の上に腹ばいになり手で匍匐してみましょう。
- 4 両手で持ち、上下に上げ下げしたり、兎の餅つきのように斜め下に振りおろしたりしてみましょう。
- 5 向かい合って、互いに押し合いをしてもおもしろいでしょう。
- 6 適当な間隔において、上をとび越したり、間を縫って走ったりしてみましょう。
- 7 また、床において、その周りを回ったり上を横にとんだり、後ろにとんだりして遊ぶこともできます。そのほか、積木を四つ車にしたり、いろいろくふうして遊んでください。

定価 A 600円 B 700円 C 800円 D 1,000円

発売・株式会社

ブルーベル館