

# 健康操

一年五班／黃宥傑

我今天下午跟全班同學一起跳健康操。老師提醒我們跳健康操時動作要做到足，但是也要注意不要打到別人。跳完後我覺得快虛脫了，我猜想是因為我很認真跳吧！雖然肌肉有點酸，但是健康操能讓愛看書的我出去活動筋骨，這樣才會健康。

紙傘

