



いろいろなうごきをしてみよう!

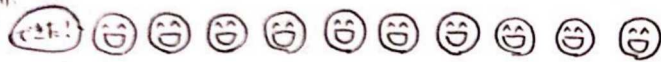
⑥けがにきをつけて
いたいとおもたら
むりをしないでね!

たのしくきもちよくからだをうごかしてみよう。
できたら😊にいろをぬきましょう

①かにかるき



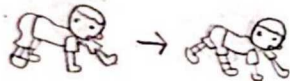
りょうてをちょきにしてかおのよこにもてきます。
こしをおとしておおきくよこにふるきます。



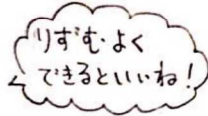
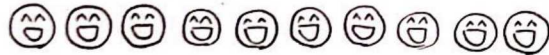
②くまあるき



りょうてをゆかに
つけます
あたまよりこしをたか
くします。
ひざをまげます



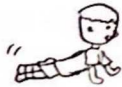
「てあしてあし」の
じゃんはんであるきます。



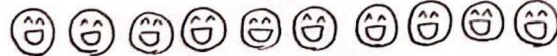
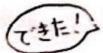
③あざらしあるき



ゆかにからだをつけます
りょうてをまぶさのほし
おなかよりうえのからだを
おこします。
あしをのほします。



りょうてをついて
うでのちからだだけで
まえにすすめます。



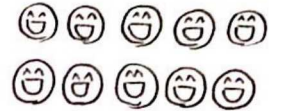
④くもあるき



おなかをうえにむけます。
ゆかにてをついてのほします
あしはまけてたてます



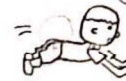
せな分はまぶさのまま
すきなほうこうに
すすめます



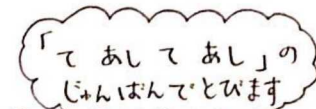
⑤うさぎとび



てをのほしてひざをまげます
こしはあたまよりたかくします



てをまえにつきます
からだをまえにもて
いきます。



あしをてのついた
ところまでひきつけて
とびます。



⑥めをとしてかたあしではらんす



10までかぞえてみよう!
いくつまであしをつかずにできるかな?



⑦からだでじゃんけんぽん!

からだぜんぶをつかってじゃんけんしてみよう



しゃが



てとあしを
たてにひろげる



てとあしを
よこにひろげる

