

こんなうごき、できるかな？ やってみよう！

だるまさんがころんだ

だるまさんが くるっと回った

1・2・3
3回ジャンプした

寝ころんで起きた

1ねん くみ なまえ

座ったり・立ったり 横向きで

背中合わせで

肩を組んで

動きを合わせて

背中をぐっと押して

寝転んだり、起きたり だるまころがり

ゆりかごジャンケン

- ★やりたいうごきを えらんで やってみましょう！
- ★とりくんだものは口にOをかきましょう
- ★なんかいもちょうせんしてみよう
- ★ふたりで やるものは おうちのひとと いっしょに やってもいいですね！

体でジャンケン、ジャンケンポン！

グー

チョキ

パー

バランスくずし

立って

片足で

座って

相手が動いたら負け

両足をついた方が負け

お尻をついたら負け

なべなべそこぬけ

くるっと背中合わせに

くるっと回ろう

片足で

いろいろな部位で

姿勢・回り方を変えて

つま先で回るように

おしりや反対の足で

腕を組んで

手を上に上げて