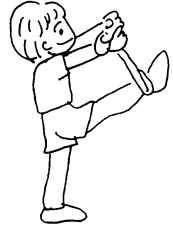
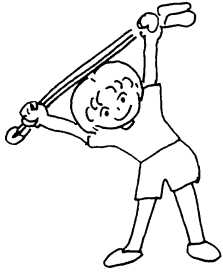


② なわをつかって

じゅんぴ
とびなわやタオル
など

A. ひっぱってみよう

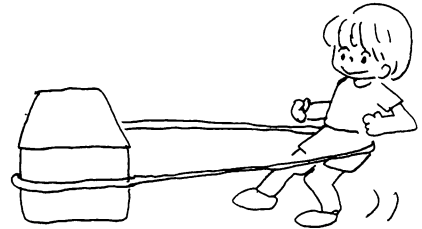
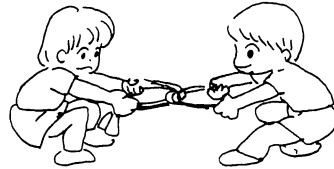
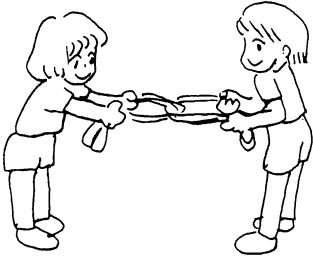


たいそくをのばす

アキレスけんを
のばす

あしをのばす

B. つなひきを試してみよう



ただで

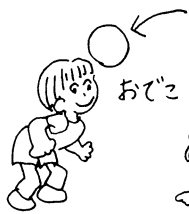
すわって

こしでひっぱる

③ ふうせんをつかって

じゅんぴ
ふうせん

A. からだのいろいろなばしょにあててみよう



B. ゆかにおとさないようにパスしてみよう

ふうせんバレー

※

ふうせんサッカー

ふうせんドッジボール

などにもちょうせんしてね。

