

# ひみつの とっくん かあど

1ねん	くみ	ばん	なまえ
-----	----	----	-----

どうぶつに へんしんするじゅつを 10こ みにつけよう

うまくへんしんするために どんなどうぶつか かいてみよう (3つくらい)

①	<b>ごりら</b> ・おおきい ・むねをたたく ・つよい	⑥	<b>さる</b> .
②	<b>ぞう</b> .	⑦	<b>かるがも</b> .
③	<b>ねこ</b> .	⑧	<b>いるか</b> .
④	<b>ぺんぎん</b> .	⑨	<b>たこ</b> .
⑤	<b>わに</b> .	⑩	<b>くま</b> .

いちばん たのしかった うごきに ○を つけよう

## とっくん を したら いろ を ぬろう!

☆らじおたいそう (5ぶん) をやろう

わからないときは おうちのひとに きいてみてね

※保護者の方へ

[かんぽ生命 ラジオ体操] で、動画や動きの解説が確認できます。

☆どうぶつの のうごき (1つのうごきで1ぶん を 10 しゅるい) と

なわとび (15ぶん) を やろう

にち  
日 ( )

にち  
日 ( )

にち  
日 ( )



◎なわとびは 「まえとび」「うしろとび」の れんぞくりょうあしとびが  
できるようになることが ごおる だよ!

◎そとでできないときは うちのなかで できるうんどうを してみよう!