**ひみつの　とっくん　かあど**

**３日間でやりましょう**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 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）

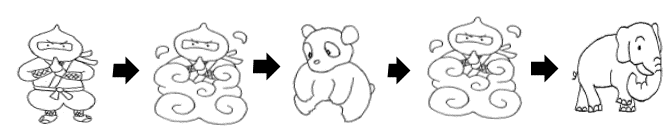
|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ① | ご　り　ら  ・おおきい ・むねをたたく ・つよい | ⑥ | さ　　　る  ・ |
| ② | ぞ　　　う  ・ | ⑦ | かるがも  ・ |
| ③ | ね　　　こ  ・ | ⑧ | い る か  ・ |
| ④ | ぺんぎん  ・ | ⑨ | た　　　こ  ・ |
| ⑤ | わ　　　に  ・ | ⑩ | く　　　ま  ・ |

いちばん　たのしかった　うごきに　○を　つけよう

　☆どうぶつの　のうごき（1つのうごきで１ぷん　を　10　しゅるい）と

なわとび（15ふん）　を　やろう

　　　とっくん　を　したら　いろ　を　ぬろう！



　☆らじおたいそう（５ふん）　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

検索〔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。

　　※動画を見られる人は「つるさしビクス」をやってもいいです。

◎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！