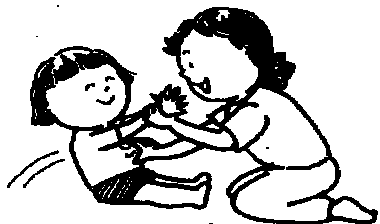
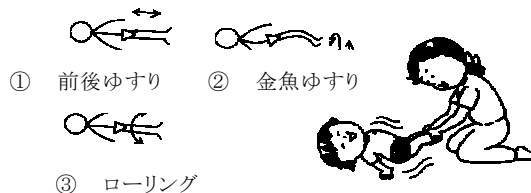


# おやこで たいそうを しましょう

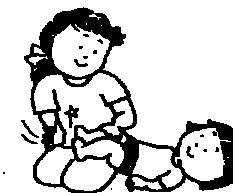
1. あおむけに ねころぼう



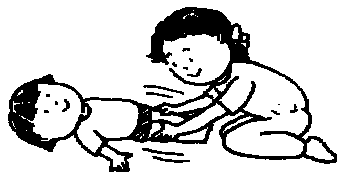
2. おなか こしを ゆすろう



3. あしのうらを たたこう



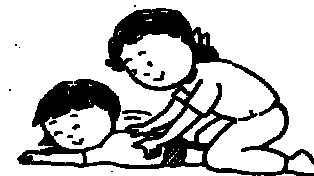
4. あしを さすろう



5. ゆびを のばそう  
てのひらを たたこう



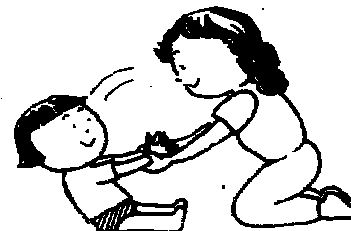
6. せなかを さすろう



7. からだを まげたり のばしたりしよう



8. ゆっくり からだを ひきおこしましょう



指導してくださる方へ → 子どもと大人と体やところのかかわり合いを深めます。皮膚が過敏な子どもさん、触れられるのを嫌がる子どもさんに対しては、受け入れやすい部位から始めてください。お子さんが取り組んでいるときの様子を書いてください。