

# どうぶつになりきっちゃお★



【くま】

- ① りょううで 両腕・りょうあし 両足をつき、おしりをたか高くあ上げましょう。  
②③ みぎて右手とみぎあし右足、ひだりて左手とひだりあし左足を同時にどうじ動かしうごすすみます。



クマになりきっちゃおう☆



【あしか】

- ① りょううで 両腕をつき、せなか背中をそってあし足はのばしましょう。  
②③ あし足は動かさず、うご手の力てでちから前にまえすすみましょう。



手の力だけですすんでね！



- りょううで まえ  
①両腕を前につきます。  
まえ  
②前にジャンプします。  
て あし じゅんばん じめん  
③手→足の順番で地面につきます。

【うさぎ】



ぴよん!



\*わたしはくまちゃん、あしかちゃん、  
うさぎちゃんよ! ってなりきってみてね!!

★ぜひ親子で  
レッツ♪トライ!

