

おうちでもできる！！ ～かんたん親子たいそう～

☆ひっくり返しゲーム☆

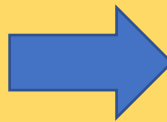
①ステップ



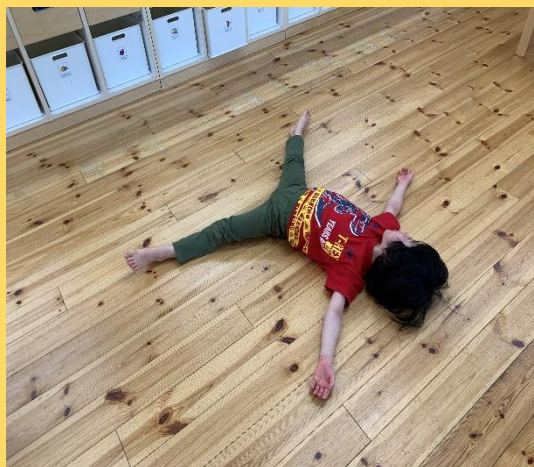
こどもか保護者どちらか大の字になってうつ伏せになる。
もう１人は気をつけ！

②ステップ

スタートで気をつけしていた子が
大の字になっている子をひっくり返えせる
ように押したり、もちあげる。



③ステップ



ひっくり返せたら気を付けし
ていた子の勝ち！！時間制限
は約 20 秒～30 秒が良い。
是非やってみてね！