

スッキリ運動タイム！

ゾウどっしん 足をゾウのように ドシンドシンしてみよう！	ヘビグネグネ ヘビみたいに体を グ〜ネグネしてみよう！	すばやくボクシング うでを早く動かして ボクシング！
はばたけ鳥のように うでをパタパタ はばたかせて飛んじゃおう！	ゴリラドコドコ むねをゴリラみたいに ドコドコしてみよう！	カニ横歩き うでと足を曲げて 手はチョキ！ 横に歩いてみよう
台風グルグル そこでグルグル回ってみよう！ 目が回らないように 気をつけて	ウサギピョーン ウサギみたいにれんぞく ジャンプ！	ネコせのび ネコみたいに せなかをグイーっと のばしてみよう

療育の引き出し