

うんどうしよう①

①ふとんのう上でやってみよう

(ふとんがないときは、やわらかいところでやってみてね)

あしを
かかえて

ごろごろ

ゆりかご♪



30かい

やってみよう



あしを かかえたまま
すわってみよう

30かい できたら...



てを

つかにつはすに

すわれるかな?

②ごろんとねころんで...

うでで からだを

ささえて...



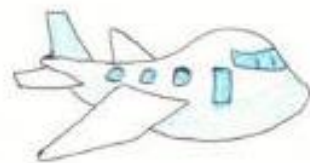
あごらしに

なってみよう

てとあしを あげて

おなかで

からだを ささえて...



ひこうき みたいに

かこよく*