

げんき そと あそ
元気に外で遊んで
つよいからだを作ろうね！



取り組み項目

★ こどもバージョン ★

作成 ▶ 京都中部総合医療センター看護専門学校
監修 ▶ 南丹圏域リハビリテーション支援センター

うんどう

- ・あなたがたどこさ体そうをする
(→下のせつめいをみてね
自分の体そうを作ってもOK！)
- ・ゆかのふきそうじをしよう
- ・なわとびをしよう
- ・走ろう
- ・外であそぼう

食

- ・「いただきます」と「ごちそうさま」をしっかり言おう
- ・きれいなものにチャレンジしよう
- ・よくかもう
- ・のこさず食べよう
- ・食べ終わったしょっきをかたづけよう

交りゆう

- ・あいさつをしよう
- ・手紙を書こう
- ・友だちをさそってあそぼう
- ・クラスのみんなと話そう
- ・社きょうのお兄さんお姉さんに、
ラインをしてみよう

のうとれ

- ・しゅくだいをしよう
- ・本を読もう
- ・歌を歌おう
- ・ニュースを見てお家のひとと話そう
- ・しりとりをしよう

お友だちとうろくして
ライン
LINEしてね



みんなで一歩期間限定
ライン
LINE

オリジナル

.....

.....

.....

れい 今日、あなたがたどこさ体そうをして
クラスのみんなと話して、本を読んだ。 → 3マスすすむ

あなたがたどこさ体そう



さ のときだけ手をあげよう さいごの「ちよつとかぶせ」は、頭の上で手をあわせてね

あなたがたどこさ
体そうがYouTube
で見れるよ！

