

家でもできるよ!

脳トレ

ぶくっぴー



ひとりジャンケン

難易度 



左手が勝つように、
じゃんけんぽん♪で何パターンかやってみましょう。
今度は右手が勝つように、テンポよくやってみましょう。

できましたか〜?



ゲーチョキパー

難易度 

【両手】



【足】



両手でゲー、チョキ、パーを
繰り返します。

足は閉じて、開いてを繰り返します。

ゲー、チョキ、パーと言いながら
手と足を同時に動かしてみましょう。

4回ずつやってみましょう。

