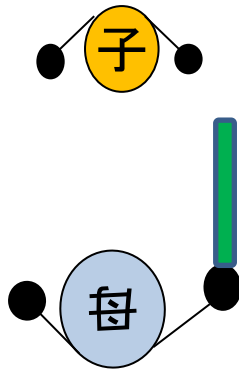
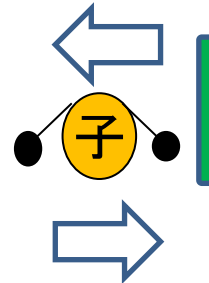


つかれます！「棒にあたるな！」

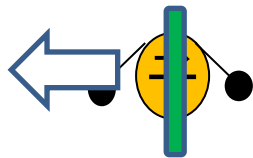


ルール：

- ・ 15秒間棒を上・下・右・左に振り回す（危なくない程度）
- ・ 何回棒にぶつかったかで競う。



- ・ 上からきたら？⇒しゃがむ！
- ・ 下からきたら？⇒ジャンプ！



- ・ 右からきたら？⇒左によける！
- ・ 左からきたら？⇒右によける！

※上下は水平にゆっくり棒を振る。
左右は上から下へゆっくり振り落とす。

※上下左右にテンポよく振り回すことが大事！

※こどもはバランスを崩しながら棒に当たるま