

## ★ちよこっと運動あそび①★

### 【材料】

- ①ペットボトル
- ②新聞紙や不要な紙
- ③テープ

### 【作り方】

- ①ペットボトルに水を入れる(おもりの代わり)
- ②新聞紙や不要な紙を輪にしてテープで止める

### 【遊び方】

さあ！輪投げ屋さんの出来上がり！！  
親子で競ったり、兄弟で競ったり。  
「景品はなにがいいかな？」なんて  
景品を親子で決めるのもいいですね◎  
※パパ、ママが本気になると楽しさ倍増！！



## ★ちよこっと運動あそび②★

### 【材料】

- ①ラップの芯やガムテープの芯(トイレトペーパーの芯でもOK)
- ②カラフルなテープ(マスキングテープでもOK)

### 【作り方】

写真のように斜めにテープを貼るだけ！

### 【遊び方】

- ・床にコロコロ～とところがしてみよう！
- ・坂道を作って転がしても楽しいよ♪
- ・斜めに貼ったテープを見るだけで楽しい♪
- ・ハイハイや立ちができるようになった  
お子さんは面白くて追いかけてちょうかも♪
- ・たくさん作って重ねて積み木のようにしても楽しいよ☆

