

# グーパー体操



①胸の前でグー🖐️、  
前に出した手を  
パー🖐️にする。

②グーとパーを  
入れ替える。

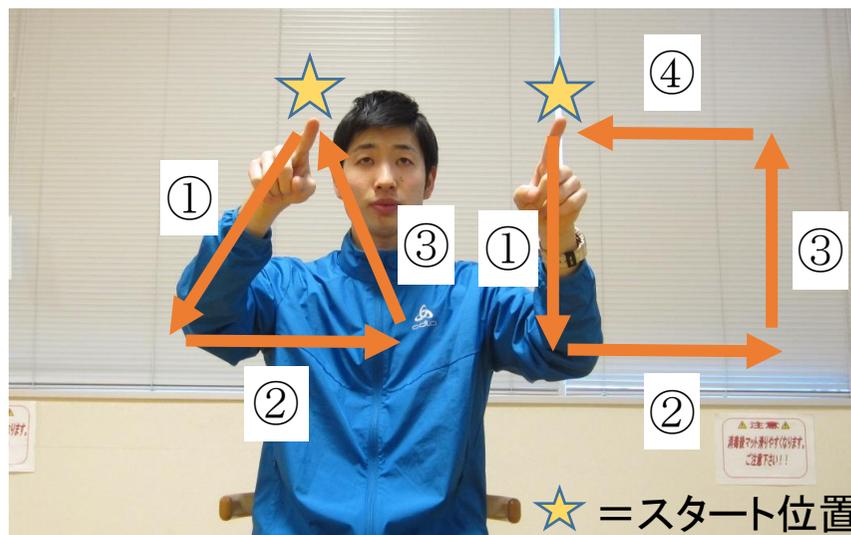
## POINT

✓ まずはゆっくり行い、慣れてきたら、  
1.2.1.2のテンポでやってみよう！

Good



# 左右図形書き



・人差し指で同時に  
左手で三角△、  
右手で四角□を書く。

## POINT

✓ まずはゆっくり練習してみましよう！  
✓ 慣れてきたら書く図形を  
左右で入れ変えてやってみよう！

Good

