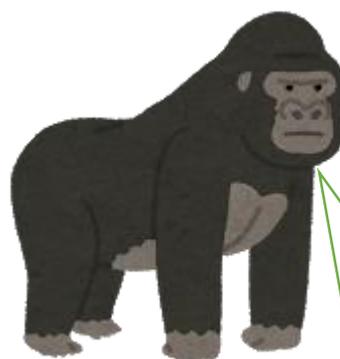


できるかな？

ふくこうちょうせんせい  
副校長先生から！

## 3つのちょうせん③



### その1 あたまのたいそう

「21」を言わせたら勝ちゲーム(だれかと勝負しよう！)

ルール①1回につき、1～3つまで数を言うことができるよ。

(たとえば、「1」だけ言ってもいいし、「1・2」でも「1・2・3」でも OK!)

②じゅんばんに数を言いあって、相手に「21」を言わせたら勝ち！

※このゲーム、ぜったい勝てる方法があるよ！考えてみてね。

### その2 からだのたいそう

たっぷり水にぬらしたタオル、水が出なくなるまでしぼってみよう！

これいじょうできないくらいしぼったら、家の人にもしぼってもらおう。

すこしでも水が出たら、きみの負け！おもいっきり力をふりしぼろう。

### その3 こころのたいそう

まえのクラスで「あまり話せなかった人」ってだれだろう？

あたらしいクラスで、「だれとでも話す」ためにはどうしたらいいだろう？

いまみたいなきこそ、かんがえよう。そのきもちをおぼえていよう。