

足を使ったレクリエーション

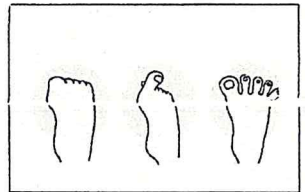
1, スリッパ飛ばし

2, ペットボトル立てゲーム

3, 握って開いて

① 素足の状態で、新聞紙を両足の指で丸めます。

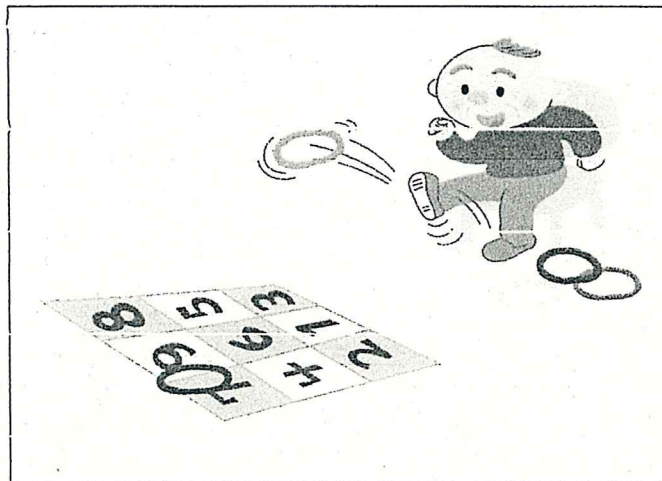
② 丸めた新聞紙を足元に置き、両足を使って新聞紙を広げます。



4, 足指じゃんけん

5, 立って足じゃんけん（グーは足を閉じる、パーは足を左右に開く、チョキは前後に開く）

6, 輪投げ



7, 座ってサッカー