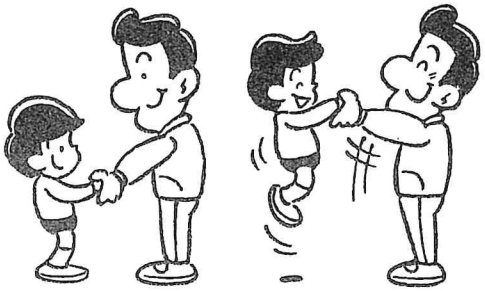
種　目	親子でスキンシップ	
指導のねらい	お家で楽しく遊べるかな？	

動き	留　意　点
【ピョンピョンジャンプ】  タイミングを合わせて高くとびあがりましょう。	※肩・肘を脱臼しやすいお子様は ご注意ください。
【タッチジャンプ】 お家の方の手にジャンプしてタッチしてみましょう。 だんだん高くまりますよ。	
【だっこちゃん】 『イチ・ニ・サン！』で手をつないだままジャンプして お家の方にとびつこう。 	
【トンネルパン！】 足のトンネルをくぐってみましょう。 １回ごとにお家の方の手をパン！とたたいて戻ってきますよ。 何回くぐったか数えてみましょう。 	トンネルをくぐる時は顔をぶつけないように 気をつけましょう。