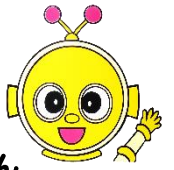




からだがかってにうごいちゃう マジックをしよう



タリップくん

【つかうもの】

- からだ
- わりばし

<かいせつ>

ちからいっぱいからだをうごかしつづけようとするこ
で、のをだまして、きんにくへのめいれいがつづくように
しているよ。



<せつめい (うであげマジック) >

- ① “きをつけ” をしてもらい、かたほうのうでをおさえよう



おさえるほうのうでは、ひじをまっ
すぐのばしてもらおう。うでのひじ
とてくびのあいだをおさえよう。て
がいちばんおさえやすいよ。

- ② ちからいっぱいあげようとしているうでを
30びょうかん、おさえつづけよう

30びょう、がんばっておさえてね！ひじを
のばしながら、おさえているほうこうにちか
らいっぱいうでをあげてもらおう。



- ③ うでのちからをぬいてもらおう



あがった！

うでのちからをぬいてもらって、しばらくようすをみてみよ
う。はやければすぐにうでがかってにうごきだすよ。5びょう
くらいでうごきはじめることがおおいよ。

※うまくいかなかったら、もういちどちからいっばい
うでをあげつづけてもらおう！じかんを1ふんくら
いまでながくするとうまくいくこともあるよ。

<せつめい (くつつきマジック) >

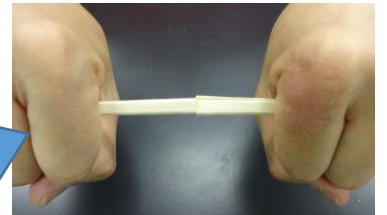
- ① わったわりばしをりょうてにもって、くっつけよう



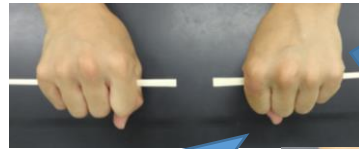
くっつけるところから 1~2
cmのところをもってね。みぎ
のひじからひだりのひじまで
がまっすぐになっているとち
からをいれてもずれないよ。

- ② くっつけたまま、ちからいっばいわりばし
を30びょうかん、くっつけよう

30びょう、かぞえて
ね。くっつけているあい
だにてがすべらないよ
うに、わりばしをぎゅっ
とにぎっておこう。



- ③ わりばしを10 cmくらいはなしてみよう。



わりばしをはなすときは、
ちからをぬいて、てをさげ
ずに、みぎひだりにまっす
くはなすようにしてね。



※どちらのマジックもちからいっばいやらな
いとうまくいかないの、くるしくなつた
り、いたくなつたりしたらやめようね。うで
がぶつかるようなところにはだれもいない
かかくにんしてからマジックしてね！



【<ふう>】

うであげマジックは、うでをかべでおさえるなどすると、ひとりでもできるよ。
りょうてをおさえてもおもしろいね。くつつきマジックは、えんぴつやふとい
マジックペンなどでもできるよ。