

レクの先生シリーズ・深津せんせいの好きなレク財



グー



パー

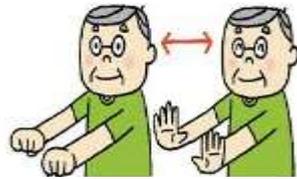
グー・パー

◆ レクといえば グーパーと答えるぐらい基本中の基本

◆ 楽しくて 元気になる ぜひ押さえてほしいレク財！

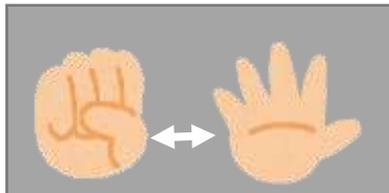
★あそび方

1 最初は 両手を前に出して
グー・パー・グー・パーと言いながら、
握ってグー 開いてパーとやります。



2 次は 右手がグー左手をパーに
してもらいます。リーダーはせーのっ！
と声をかけます。みんなはよいしょっ！と発しながら右手をパー
左手をグーに変えます。何回か繰り返します。

せーのっ！



よいしょっ！

3 右手を胸にあてて グーをします。左手を前にパーを出します。
リーダーが せーのっ！といいますので よいしょっ！といいながら
左手グーで胸にあてて右手をパーにして前に出し、入れ替えま
す。せーのっ！よいしょっ！を何回か繰り返します。

4 今度は 胸においている手をパー 前に出す手をグーにして
せーのっ！よいしょっ！の発声と手の移動を繰り返し

*アレンジ 手を入れ替えるとき よいしょっ！に一回拍手を追加
して 入れ替える (拍手の回数増)