休み時間　やってみようマップ

静岡大学教育学部塩田研究室・香野研究室

体を動かす

- ランニング
- なわとび
- 筋トレ
- ヨガ・ストレッチ
- 生き物の世話
- 散歩
- 歌をうたう
- 楽器をひく
-

- ケイドロ
- サッカー
- フライングディスク
- バスケットボール
- キャッチボール
- バドミントン
- 卓球
- コロコロドッヂボール
- ダーツ
- モルック
- ダンス
- ボッチャ
-

ひとりで

みんなで

- 動画制作
- プログラミング
- 絵をかく
- パズル
- 手芸
- 動画を見る
- おりがみ
- 音楽をきく
- 好きなことを調べる
- 読書
- 勉強
- 睡眠
-

- あやとり
- おしゃべり
- マジック
- ボードゲーム
- オセロ
- クイズ
- 占い
- UNO
- トランプ
- 将棋
-

座って過ごす