

 中学部のオススメ


- ① ストレッチマンV
あそびスペシャル >

https://www.nhk.or.jp/tokushi/sman5/?das_id=D0005190161_0000



- ② ストレッチマンV
からだでゴロゴロ >

https://www.nhk.or.jp/tokushi/sman5/?das_id=D0005190123_0000



- ③ ストレッチマンV
すわってあそぼう >

https://www.nhk.or.jp/tokushi/sman5/?das_id=D0005190160_0000



- ④ ストレッチマン・ゴールド
めざせ！ぞうきん名人 お
そうじ怪人ゾーキングあら
わる！ >

https://www.nhk.or.jp/tokushi/smangold/?das_id=D0005190198_00000



- ⑤ はりきり体育ノ介
器械運動（マット）～前
転・後転に挑戦だ！～ >

https://www.nhk.or.jp/taiiku/harikiri/?das_id=D0005220006_0000



- ⑥ おばけの学校たんけんだん
うごくおもちゃ大しゅう
合！ >

https://www.nhk.or.jp/seikatsu/obake/?das_id=D0005280022_0000





- ⑦ おばけの学校たんけんだん
かぞく にっこり大きくせ
ん >



https://www.nhk.or.jp/seikatsu/obake/?das_id=D0005280016_0000



- ⑧ ストレッチマン・ゴールド
出したら片づけよう・ちら
かし怪人ダシッパーあらわ
る! >



https://www.nhk.or.jp/tokushi/smangold/?das_id=D0005190186_00000



- ⑨ おばけの学校たんけんだん
はっけん 大きくなったわ
たし >



https://www.nhk.or.jp/seikatsu/obake/?das_id=D0005280020_0000



- ⑩ コミ☆トレ
しめきりせまる~生活のリ
ズムを作る~ >



https://www.nhk.or.jp/tokushi/comtr/?das_id=D0005190045_0000



⑪ で〜きた
そうじ ➤

https://www.nhk.or.jp/tokkatsu/dekita/?das_id=D0005170178_0000



⑫ ストレッチマン・ゴールド
早寝早起きをしよう・夜ふかし怪人メギラーンあらわる！ ➤

https://www.nhk.or.jp/tokushi/smangold/?das_id=D0005190194_00000



⑬ カテイカ
きたない部屋はイカがな
ものか ➤

https://www.nhk.or.jp/katei/kateika/?das_id=D0005240018_0000

