**Ανεβαίνω και κατεβαίνω τη σκάλα μετρώντας από το 1-10 και από το 10-1 αντίστροφα. Γράφοντας τους αριθμούς.**

 **5**  5

 **6** 6

 **7** 7

 **8** 8

 **9** 9

 **10**

 **2** 2 2

 **3**

 **1** 1 11 1 1

 **4**  4