２　つくりのうんどうあそび　「ほぐしのうんどうあそび」

**２**

**～ここでぶこと～**

　「ほぐしのうんどうあそび」について、しる

☆　「ほぐしのうんどうあそび」って、なに？



をうごかすしさや ここちよさをあじわうことにより、やともだちの のじょうたいにき、のちょうしをととのえたり、ともだちと こうりゅうしたりする うんどうです。

（１）こんな「ほぐしのうんどうあそび」があるよ！やってみたいものに〇を

つけよう！

リズムにあわせて あるく



からだぜんたいで

じゃんけん



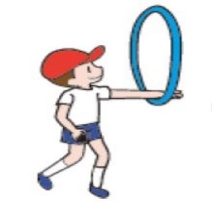
おんがくやリズムに

のって うごく



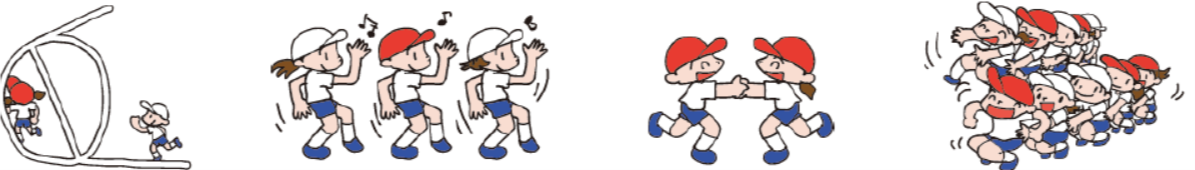
フープをつかった

あそび



ボールをつかった

あそび



いろいろなコースをあるく はしる

なわをつかった

あそび



　（）まるわかりハンドブック（）

※ともだちとのきょりは、２ｍいじょうはなれましょう。

（２）がくしゅうチェック！あてはまるマークにをぬって、かんそうをこう！

かんそう（わかったこと、やってみたい うんどうあそびなど）

☆あなたのわかったレベルは！？

すごくわかった

わかった

わからない





すごくやりたい

やりたい

やりたくない



　☆あなたのやってみたいレベルは！？