３　つくり　「ほぐしの」

　　　**３**

**～ここでぶこと～**

　「ほぐしの」について、る。

☆　「ほぐしの」って、なに？

をかすしさやよさをあじわうことにより、やだちののじょうたいにき、のちょうしをととのえたり、だちとりゅうしたりする です。

（１）こんな「ほぐしの」があるよ！やってみたいものに〇をつけよう！

〇をつけたには、どうしてやってみたいとったのか、りゆうをいてみよう！

リズムにのって、がはずむようなきをする

フープをった

なわをった

いろいろなのきをつけて、いたりったりする

かかとでいたりったりする

つま先でいたりったりする

　（）まるわかりハンドブック（）

（２）のふりり（かったこと、やってみたい　など）