

## マット運動分科会

マットの苦手意識をポジティブに直していける練習方法をいろいろ学ぶことができました。一度目は失敗をおそれているけれど、グループの方の具体的なアドバイスで、二度目の側転は自信をもってやることができるということを発見！！スモールステップでどんどんできていることを実感することができました。マットの上で、ゴムの活用と「ぞうさん」をやってから側転をやった時、できた腰が上がった)実感があり、子どもたちと実践したいと思いました。

(S.Yさん)

