

コラム マット遊びの広場

マットを遊具として使う工夫をしよう！

- ・ マットは軟らかい床として使うことで、安全に伸び伸びと運動できる。
- ・ 落下の危険から身を守るため、敷いてあることで安心感も生まれる。
- ・ 遊具として使う場合は、進む道の役割や色による目印にもなる。
- ・ グルグル固く巻いたり、緩く巻いたりして、マット遊びを楽しもう。



- ① マット：トンネル
- ② ロールマットとヨガマットの組み合わせ：トンネル
- ③ ロールマットとマットの組み合わせ：トンネル
- ④ マットとフープの組み合わせ：トンネル
- ⑤ ロールマットとマットの組み合わせ：転がる、越える、またぐ…
- ⑥ ロールマットと巧技台の組み合わせ：転がる、越える、またぐ…
- ⑦ ヨガマット：トンネル
- ⑧ ロールマット：転がす、引っ張る、押し合う、乗り越える、またぐ、馬乗り…
- ⑨ ロールマット（立てる）：ボール当ての的、ボールを投げ入れる…