

# 総合型地域スポーツ・文化クラブ

## 18 幼児体操教室① ～未就園児・年少対象～

はがき・電子申請申込



未就園児・年少の幼児を対象とした、体操教室です。親子で仲良く遊んで子どもの運動能力や社会性を育みます。

■とき・内容 別表のとおり

■ところ 社会教育センター アリーナ

■対象 未就園児・年少と保護者

(保護者は幼児の補助者として一緒に運動できることが条件です)

■定員 25組 ■受講料 2,000円

■講師 スポーツ講師 久田剛 ■持ち物 体育館シューズ、運動のできる服装

⑨プログラムに関しては変更する場合があります。

怪我をされた場合、応急処置は行います。その後の対応は各自でお願いします。

	とき	内容
1	5/ 7(火) 10:30~11:30	新聞紙を使って遊んでみよう
2	5/14(火) 10:30~11:30	家庭でも楽しめる運動をしよう
3	6/ 4(火) 10:30~11:30	いろいろな動きをまねっこしてみよう
4	6/11(火) 10:30~11:30	跳んだり跳ねたりしてみよう
5	7/ 2(火) 10:30~11:30	転がってみよう
6	8/20(火) 10:30~11:30	縄跳びを動かしてみよう
7	9/ 3(火) 10:30~11:30	走ってみよう
8	10/ 1(火) 10:30~11:30	フープで遊んでみよう
9	11/ 5(火) 10:30~11:30	平均台を渡ってみよう
10	12/ 3(火) 10:30~11:30	登って飛び下りよう

## 19 幼児体操教室② ～年中・年長対象～

はがき・電子申請申込

年中・年長の幼児を対象とした、体操教室です。幼い子どものうちから体操や基礎運動を行うことで、運動能力や協調性を育みます。

■とき・内容 別表のとおり

■ところ 社会教育センター アリーナ

■対象 年中・年長 ■定員 30名

■受講料 4,000円

■講師 スポーツ講師 久田剛

■持ち物 体育館シューズ、運動のできる服装

⑨プログラムに関しては変更する場合があります。

怪我をされた場合、応急処置は行います。その後の対応は各自でお願いします。



	とき	内容
1	5/ 7(火) 15:30~16:30	マット運動
2	5/14(火) 15:30~16:30	転がってみよう
3	5/21(火) 15:30~16:30	ボール運動
4	6/ 4(火) 15:30~16:30	ついたり、投げてみよう
5	6/11(火) 15:30~16:30	かけっこ練習
6	6/18(火) 15:30~16:30	いろいろな走り方
7	7/ 2(火) 15:30~16:30	鉄棒運動①
8	7/ 9(火) 15:30~16:30	ぶら下がってみよう
9	8/20(火) 15:30~16:30	鉄棒運動②
10	8/27(火) 15:30~16:30	回ってみよう
11	9/ 3(火) 15:30~16:30	跳び箱運動①
12	9/10(火) 15:30~16:30	跳び乗ってみよう
13	10/ 1(火) 15:30~16:30	跳び箱運動②
14	10/ 8(火) 15:30~16:30	馬跳びしてみよう
15	10/15(火) 15:30~16:30	縄跳び運動①
16	11/ 5(火) 15:30~16:30	縄を揺らしてぴょん
17	11/12(火) 15:30~16:30	縄跳び運動②
18	11/19(火) 15:30~16:30	縄をまわしてぴょん
19	12/ 3(火) 15:30~16:30	まとめ
20	12/10(火) 15:30~16:30	集団ゲームなど