

# 総合型地域スポーツ・文化クラブ

総合型地域スポーツ文化・クラブとは、ちいさな子どもから高齢者まで、いろいろなスポーツや文化活動を愛好する人々が、それぞれの志向やレベルに合わせて、参加できるクラブです。

「いつでも、どこでも、だれでも」スポーツ・文化に親しみ、楽しみ、支える活動に参画できる環境づくりを目指しています。

## 19 幼児体操教室① ～未就園児・年少対象～



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・年少とその親（親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 無料

■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致します。

	とき	内容
1	5/12(火) 10:30~11:30	新聞紙を使って遊んでみよう
2	5/19(火) 10:30~11:30	家庭でも楽しめる運動をしよう
3	6/ 2(火) 10:30~11:30	いろいろな動きをまねっこしてみよう
4	6/ 9(火) 10:30~11:30	跳んだり跳ねたりしてみよう
5	7/ 7(火) 10:30~11:30	転がってみよう
6	8/25(火) 10:30~11:30	縄跳びを動かしてみよう
7	9/ 1(火) 10:30~11:30	走ってみよう
8	10/ 6(火) 10:30~11:30	フープで遊んでみよう
9	11/10(火) 10:30~11:30	平均台を渡ってみよう
10	12/ 1(火) 10:30~11:30	登って飛び降りよう

## 20 幼児体操教室② ～年中・年長対象～

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 無料 ■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致します。



	とき	内容
1	5/12(火) 15:45~16:45	マット運動
2	5/19(火) 15:45~16:45	転がってみよう
3	5/26(火) 15:45~16:45	ボール運動
4	6/ 2(火) 15:45~16:45	ついたり、投げてみよう
5	6/ 9(火) 15:45~16:45	かけっこ練習
6	6/16(火) 15:45~16:45	いろいろな走り方
7	6/23(火) 15:45~16:45	鉄棒運動①
8	7/ 7(火) 15:45~16:45	ぶら下がってみよう
9	7/14(火) 15:45~16:45	鉄棒運動②
10	8/25(火) 15:45~16:45	回ってみよう
11	9/ 1(火) 15:45~16:45	跳び箱運動①
12	9/ 8(火) 15:45~16:45	跳び乗ってみよう
13	9/15(火) 15:45~16:45	跳び箱運動②
14	10/ 6(火) 15:45~16:45	馬跳びしてみよう
15	10/13(火) 15:45~16:45	縄跳び運動①
16	10/20(火) 15:45~16:45	縄を揺らしてぴよん
17	11/10(火) 15:45~16:45	縄跳び運動②
18	11/17(火) 15:45~16:45	縄をまわしてぴよん
19	12/ 1(火) 15:45~16:45	まとめ
20	12/ 8(火) 15:45~16:45	集団ゲームなど