

4月は新年度の始まりです！
新しいクラス、新しいお友だちとの出会いもありますね。いろいろなお友だちに話しかけて仲良くなりましょう！
今年もたくさんさんの運動を経験していこう。



4月の授業内容

今月の目標：新年度に良いスタートダッシュができるよう、元気にレッスンへ参加しよう！

☆年少少クラス <月別集中パート／平均台、跳び箱導入運動>

4/6,7,9	平均台の上でバランスをとってみよう
4/13,14,16	いろいろな動物に変身して平均台を進もう
4/27,28,30	ゆらゆらと平均台の上を歩いてみよう

☆年少クラス <月別集中パート／平均台、跳び箱導入運動>

4/6,7	平均台の上でバランスをとってみよう
4/13,14	障害物を避けながら平均台を進もう
4/27,28	お友だちと一緒に平均台を進もう

☆年中・年長クラス <月別集中パート／ラン強化、縄跳び>

4/6,7	ラン強化(スタートダッシュ、走り方のポイントなど)、縄跳び(縄回し、へび、前回し、前跳び、大縄など)
4/13,14	ラン強化(スタートダッシュ、障害物走など)、縄跳び(縄回し、前跳び、後ろ跳び、大縄など)
4/27,28	ラン強化(障害物走、コーナー走、リレーなど)、縄跳び(前跳び、後ろ跳び、駆け足跳び、大縄など)

☆小学生クラス <月別集中パート／ラン強化、マット>

4/6,7	ラン強化(スタートダッシュ、障害物走など)、マット(前転、後転、倒立など)
4/13,14	ラン強化(多方向への走り、切り返しなど)、マット(開脚前転、開脚後転、倒立、側転など)
4/27,28	ラン強化(コーナー走、リレーなど)、マット(倒立、側転など)

☆親子体操クラス

今月は、アスレチックパートとスローイングパートです。ボールを使った運動を中心に、ボールに触る、転がすといった簡単な動作から徐々に難易度を上げていきます。