

夏と言えば、プールや海！ 普段は陸上で運動をしていますが、たまには水中で運動を楽しんでみるのもいいですよ！ 水中では全身の筋肉や心肺機能を効率よく向上させることができます。ぜひ、プールや海にも遊びに行ってみてくださいね。



## 7月の授業内容

今月の目標：お友だちと協力しよう

☆年少少・年少クラス <月別集中パート／ボール>

7/7	ボールを転がす、投げる、蹴る、物に当てよう
7/14	ボールを片手で投げる。上手なフォームで投げられるようになろう
7/21	お友だちとキャッチボールに挑戦
7/28	お友だちとキャッチボール。片手でボールを遠くに投げよう

☆年中・年長クラス <月別集中パート／ボール>

7/7	ボールを転がす、投げる、蹴る、物に当てる、片手で投げよう
7/14	上手なフォームで投げられるようになろう。的に当てよう
7/21	キャッチボール、ドッジボールに挑戦
7/28	ボールを片手で遠くに投げよう。ドッジボール