

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：手・足を使ってボールに慣れたら、ボールを使ったゲームにもチャレンジしよう！

☆年少少・年少クラス <月別集中パート／ボール>

7/6,7	ボールキャッチ（上に投げる、弾ませる）
7/13,14	ボール投げ、ドリブル、ボールキック
7/20,21	キャッチボール、パス練習
7/27,28	ボールゲームをしよう！

☆年中・年長クラス <月別集中パート／ボール>

7/6,7	ボールキャッチ、ドリブル
7/13,14	ボール投げ、ボールキック
7/20,21	キャッチボール、パス練習
7/27,28	ボールゲームをしよう！

☆小学生クラス <月別集中パート／ボール>

7/6,7	ボールキャッチ、ドリブル、ボールキック
7/13,14	キャッチボール、パス練習
7/20,21	パス回し
7/27,28	ボールゲームをしよう！