

スポーツの秋、到来ですね。  
テレビでもラグビーや陸上などの世界大会をやっています。  
この機会にたくさんのスポーツを見て楽しんでください。  
教室でもたくさんのスポーツに生かせる運動を学んでいきましょう！



## 10月の授業内容

今月の目標：考えながら運動してみよう！

### ☆年少少クラス <月別集中パート／平均台、跳び箱導入運動>

10/5,6,8	平均台を一人で進んでみよう
10/19,20,22	動物に変身して平均台を進んでみよう
10/26,27,29	障害物を避けたり、ゆらゆらしたりしながら、平均台を進んでみよう

### ☆年少クラス <月別集中パート／平均台、跳び箱導入運動>

10/5,6	動物に変身して平均台を進んでみよう
10/19,20	障害物を避けたり、ゆらゆらしたりしながら、平均台を進んでみよう
10/26,27	お友だちと一緒に平均台を進んでみよう

### ☆年中・年長クラス <月別集中パート／ランパート、縄跳び>

10/5,6	ラン(スタートダッシュ、往復走など)、 縄跳び(縄遊び、前回し、前跳び、大縄など)
10/19,20	ラン(往復走、障害物走など)、 縄跳び(縄回し、前跳び、後ろ跳び、大縄など)
10/26,27	ラン(競争、リレーなど)、 縄跳び(前跳び、後ろ跳び、駆け足跳び、あや跳びに挑戦、大縄など)

### ☆小学生クラス <月別集中パート／ランパート、マット>

10/5,6	ラン(いろいろな鬼ごっこ、障害物走など)、 マット(開脚前後転、側転など)
10/19,20	ラン(多方向への走り、切り返しなど)、 マット(側転、伸膝前転など)
10/26,27	ラン(競争、障害物リレーなど)、 マット(連続技にチャレンジ)

### ☆親子体操クラス

今月のテーマは、アスレチックパート、スローイングパートです。  
ボールを取る、目標に向かって投げる動きを中心に行います。道具を使ったり、キャッチボールをしたりして、目標までの距離感やボールを渡す際の強弱の感覚をつかみます。アスレチックパートでは、たくさんの道具を使い、全身で運動します。