

運動をするのに気持ちのいいシーズンです！
レッスンでもお家でも楽しく体を動かしましょう。
ホームページに載っているLACドリルにも挑戦してみてくださいね!!



5月の授業内容

今月の目標:鉄棒にぶら下がったり、回ったりしてみよう

☆年少少・年少クラス <月別集中パート/鉄棒>

5/8,9	鉄棒にぶら下がってみよう
5/15.16	鉄棒の上でツバメに変身しよう
5/22,23	鉄棒から逆さまに降りてみよう
5/29,30	前回りに挑戦しよう

☆年中・年長クラス <月別集中パート/鉄棒>

5/8,9	ツバメ、お布団干しから前回りの練習をしよう
5/15.16	鉄棒にぶら下がる力をつけよう
5/22,23	エントツやコウモリで逆さまになってみよう
5/29,30	逆上がりをしてみよう

☆小学生クラス <月別集中パート/鉄棒>

5/8,9	ツバメ、前回りの確認をしよう
5/15.16	足抜き回り、尻抜き回りなどをしよう
5/22,23	逆上がりをしてみよう
5/29,30	自分の力で逆上がりに挑戦しよう

※当面の間、新型コロナウイルスの感染予防策として、レッスン内でのお子さまのマスク着用をお願いいたします。マスク着用による熱中症等のリスクを避けるため、水分補給や休憩を十分にとるように、注意いたします。

※共有道具(鉄棒や跳び箱など)の使用につきましては、下記を徹底します。

- ・レッスン開始および終了後に用具のアルコール消毒
- ・使用するパート終了後にお子さま、指導者の手指アルコール消毒

※新型コロナウイルスのLACでの対策を載せております。会員さま(保護者さま)へのお願いも載せておりますので、ご確認、ご協力を引き続きよろしくお願い致します。

<http://little-athlete.com/information/pdf/info-20210426.pdf>