

少しずつ気温が下がってきました!
季節の変わり目は風邪をひきやすいので
手洗いうがいなどの予防をこまめに行いましょう!
たくさん運動をして体力をつけて、
風邪をひきにくい体を作りましょう!



11月の授業内容

今月の目標:難しいこともできるところまであきらめずに取り組もう!

☆年少少・年少クラス <月別集中パート/ボール>

11/7	ボールを体のいろいろな部分を使って運んでみよう
11/14	ボールを上高く投げる、遠くまで投げよう
11/21	大きいボール、小さいボールで上手にキャッチしてみよう
11/28	的に向かって投げたり、シュートしたりしてみよう

☆年中・年長クラス <月別集中パート/ボール>

11/7	ボールをよく見よう。体の色々な部分を使ってボールを運んでみよう
11/14	いろいろなやり方でボールを一人でキャッチしてみよう。 お友だちとキャッチボールに挑戦しよう
11/21	ボールとお友だちをよく見て動こう。ボールをよけよう
11/28	ボールを使ったゲームに挑戦しよう

☆小学生クラス <月別集中パート/ボール>

11/7	ボールを一人でいろんな方法で投げてキャッチしてみよう。 お友だちとキャッチボールしよう
11/14	ボールを蹴る、手足でドリブル、打つなどいろいろな方法でボールに触れよう
11/21	ボールと周りをよく見て、当たらないようによけてみよう。 ドッジボールに挑戦しよう
11/28	パスをつなげるボールゲームに挑戦しよう

※レッスン内でのお子様のマスク着用につきましては、選択性といたします。

スポーツ庁より、十分に呼吸ができなくなるリスクや熱中症になるリスクが指摘されていることから、体へのリスクを考慮してマスク着用の必要はなしとします。ただし、各ご家庭の判断で、感染対策のためにマスクを着用して受講しても構いません。

レッスン中は、感染予防対策として対人の間隔を広く保ち、熱中症対策として、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-20210716.pdf>