

4月は新年度の始まりです！  
 新しいクラス、新しいお友だちとの出会いもありますね！  
 いろいろなお友だちに話しかけて仲良くなるう！！  
**※当面の間、会場の規定で、新型コロナウイルスの感染予防策としてレッスン時にシューズを着用することとなりました。運動用シューズ（外履き用）のご準備をお願いいたします。**



### 4月の授業内容

今月の目標:けがなく、お友だちと運動を楽しみましょう！

☆年少少クラス <月別集中パート/縄跳び、ボール導入>

|      |                          |
|------|--------------------------|
| 4/2  | 大波小波と縄のいろんな動きを知ろう        |
| 4/9  | 床に置いてある大縄をいろんな跳び方で跳んでみよう |
| 4/16 | 短縄を動かしてみよう               |

☆年少クラス <月別集中パート/ボール、マット導入>

|      |                               |
|------|-------------------------------|
| 4/2  | ボールを転がす、投げる、蹴る、物に当てる          |
| 4/9  | 上手なフォームで投げられるようになろう。的を狙って当てよう |
| 4/16 | ボールを使ったゲームで楽しもう               |

☆年中・年長クラス <月別集中パート/マット、跳び箱>

|      |  |
|------|--|
| 4/2  | マット(動物歩き、前転・後転)、跳び箱(カエルジャンプで遠くに進もう。ゲージャンプで踏み切ろう) |
| 4/9  | マット(前転・後転、ブリッジに挑戦しよう)、跳び箱(開脚跳びに挑戦しよう。高い段数にも挑戦)   |
| 4/16 | マット(ブリッジ、倒立に挑戦にしよう)、跳び箱(台上前転に挑戦しよう)              |

☆小学生クラス <月別集中パート/鉄棒、投げる・打つ>

|      |  |
|------|--|
| 4/2  | 鉄棒(ぶら下がり、懸垂、ツバメ)、投げる(投げて捕る、自分の体に当ててキャッチ) |
| 4/9  | 鉄棒(前回り、前回り降り)、投げる(キャッチボール、キックでキャッチボール)   |
| 4/16 | 鉄棒(前回り、逆上がり練習)、投げる(遠い距離でキャッチボール)         |

☆親子体操クラス

今月はアスレチックパート、スローイングパートです。小さいボール、大きいボールをたくさん投げましょう。多くの道具を使って運動しましょう。

※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/suidoubashi\\_20210401.pdf](http://little-athlete.com/information/pdf/suidoubashi_20210401.pdf)