

6月は梅雨の季節。雨の日が多くなるかもしれませんが、お家でごろごろするだけでなく、体を動かして遊んでみよう！気温も高くなってきたので、水分を十分にとって熱中症にも気をつけてね。ホームページにのっているLACドリルも試してみてね！



6月の授業内容

今月の目標：自分で目標を決めて練習してみよう

☆年少少・年少クラス <月別集中パート／縄跳び>

6/5	たくさんジャンプしてみよう。短縄をたくさん動かそう。大縄でへびを跳び越えよう
6/12	短縄をたくさん跳び越えよう。大縄をタイミングよくくぐろう
6/19	短縄を回してタイミングよく跳ぼう。たくさん跳んでみよう
6/26	後ろ跳びに挑戦しよう。大縄で同じ場所でたくさん跳んでみよう

☆年中・年長クラス <月別集中パート／縄跳び>

6/5	前跳び、後ろ跳びをたくさん跳ぼう。タイミングよく大縄に入ろう
6/12	ケンケン跳び、ゲーパ跳びなどいろいろな跳び方に挑戦しよう。タイミングよく大縄に入って跳び越えよう
6/19	あや跳びに挑戦しよう。大縄で8の字跳びに挑戦しよう
6/26	あや跳び、交差跳びをたくさん跳ぼう。大縄を全員でタイミングよく跳んでみよう

☆小学生クラス <月別集中パート／縄跳び>

6/5	前跳び、後ろ跳びを素早く連続で跳ぼう。大縄をタイミングよく跳び越えよう
6/12	いろいろなリズムの駆け足跳びをしよう。大縄で8の字跳びをしよう
6/19	あや跳び、交差跳びに挑戦しよう。大縄を自分のタイミングで連続で跳んでみよう
6/26	二重跳びに挑戦しよう。大縄の8の字跳びでいろいろな跳び方に挑戦しよう

※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、各ご家庭の判断でマスク着用はなしで受講していただいても構いません。
- ・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>