

気温も下がり、すっかり冬らしくなってきましたね!
寒くても天気の良い日はぜひ外に遊びに出かけてください!
運動をすれば体もぽかぽかになりますよ!!



12月の授業内容

今月の目標: 寒さに負けずたくさん体を動かそう

☆年少少・年少クラス <月別集中パート/跳び箱>

12/1	腕で自分の体を支えよう。指に力を入れよう。 たくさんカエルジャンプをしよう
12/8	たくさんゲージャンプをしよう。 走ってからゲージャンプで跳んでみよう
12/15	カエルジャンプで跳び箱に乗ろう
12/22	助走をつけて跳び箱にカエルで乗ろう。開脚跳びに挑戦しよう
12/29	2019年の集大成となる運動をしよう

☆年中・年長クラス <月別集中パート/跳び箱>

12/1	カエルジャンプで前に跳べるように意識しよう。ゲージャンプで高く跳び上がろう
12/8	助走からゲージャンプで踏み切ろう。開脚跳びに挑戦しよう
12/15	台上前転に挑戦しよう。着地で止まろう
12/22	いろいろな跳び方に挑戦してみよう
12/29	2019年の集大成となる運動をしよう

☆小学生クラス <月別集中パート/跳び箱>

12/1	カエル跳びとゲージャンプ踏み切りの確認。開脚跳びでたくさん跳ぼう
12/8	台上前転、閉脚跳びに挑戦しよう
12/15	いろいろな跳び方にも挑戦してみよう
12/22	前方倒立回転跳び(ハンドスプリング)に挑戦しよう
12/29	2019年の集大成となる運動をしよう

* 29日は台風で中止となった日の振替となります。

●冬季休業のお知らせ

LAC事務局は『12月27日(金)~1月5日(日)』を冬季休業とさせていただきます。なお、1月5日(日)のレッスンはお配りしている年間スケジュールの通り、実施いたします。
ご不明点がございましたら、LAC事務局までお問い合わせください。
TEL:03-6661-7238 Email:info@little-athlete.com