

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!!



## 5月の授業内容

今月の目標:鉄棒で握る力、腕の力をたくさん使おう

☆年少少・年少クラス <月別集中パート/鉄棒>

5/16	鉄棒にぶら下がってみよう
5/23	ツバメ、お布団干しをやってみよう
5/30	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>

5/16	ツバメ、お布団干しをやろう
5/23	前回りをやってみよう
5/30	逆上がりの練習をしよう

☆小学生クラス <月別集中パート/鉄棒>

5/16	前回りで静かに降りよう
5/23	ぶら下がり、斜めけんすいで腕の力をつけよう
5/30	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>