

秋本番、過ごしやすい気候になってきましたね!!
公園などで思いっきり運動しよう!!
公園やお家での運動はLACのドリルやSNSを参考にしてみてください!!



10月の授業内容

今月の目標:自分で決めた目標に向かって、粘り強く取り組もう

☆年少少・年少クラス <月別集中パート/縄跳び>

10/3	短縄でいろんな回し方をしてみよう
10/17	短縄を使ってたくさんジャンプしてみよう
10/24	短縄を回して跳び越えよう。大縄をくぐる、跳び越える
10/31	前跳びに挑戦しよう

☆年中～小学生クラス <月別集中パート/縄跳び>

10/3	前跳び、後ろ跳びを連続で跳ぼう
10/17	駆け足跳び、ケンケン跳び、大縄跳びに挑戦しよう
10/24	あや跳びに挑戦。大縄をタイミングよく跳び越えよう
10/31	いろいろな跳び方で跳んでみよう。大縄で連続跳びに挑戦しよう

※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-20210716.pdf>