

少しずつ気温が下がり、秋が深まってきました！  
これから風邪をひきやすい季節。手洗いうがいなどをこまめに行くと同時に、たくさん運動をして体力をつけて風邪をひきにくい体をつくりましょう。



## 11月の授業内容

今月の目標：ボールの動きに慣れよう。ボールの扱いに慣れよう。  
周りを見られるようになる。お友だちとも楽しみたいね！

☆年少少・年少クラス <月別集中パート／ボール>

11/5	ボールを手や足で転がしてみよう
11/12	ボールを上に向けて投げたり、弾ませてみよう
11/19	ボールを遠くへ投げたり、ドリブルをしよう
11/26	キャッチボールをしよう

☆年中・年長クラス <月別集中パート／ボール>

11/5	ボールを転がす、投げる、キャッチする
11/12	手や足だけでなく、体の他の部位も使ってみよう
11/19	キャッチボールをしよう
11/26	ボールゲームをしよう

☆小学生クラス <月別集中パート／ボール>

11/5	手や足や、体の他の部位も使ってみよう
11/12	的当てやキャッチボールをしよう
11/19	ボール技術を高めよう
11/26	ボールゲームをしよう

※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。

<https://little-athlete.com/information/pdf/info-20221004.pdf>