

毎日寒いが続いておりますが、体調はいかがでしょう？
乾燥しているので、手洗いうがいはもちろん、
マスクや加湿などで風邪を予防しましょう！
適度な運動も風邪予防につながりますよ！
今年度もあと2か月。元気に運動しましょう！



2月の授業内容

今月の目標:トントンジャンプを意識しよう！

☆年少少・年少クラス <月別集中パート／縄跳び>

2/6	縄の回し方を確認。前跳びに挑戦しよう
2/13	素早く跳び越えよう
2/20	後ろ跳びに挑戦しよう
2/27	大縄をくぐる、跳び越える

☆年中～小学生クラス <月別集中パート／縄跳び>

2/6	前跳び、後ろ跳びを連続で跳ぼう
2/13	駆け足跳び、ケンケン跳び、大縄跳びに挑戦しよう
2/20	あや跳び、交差跳びに挑戦しよう。大縄を跳んだらすぐに抜けよう
2/27	いろいろな跳び方で跳んでみよう。大縄の8の字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