

4月は新年度の始まりです！  
新しいクラス、新しいお友だちとの出会いもありますね！  
新しい先生、お友だちと仲良く運動しましょう！



## 4月の目標

クラスが変わり、初めてやる技、種目でも挑戦してみよう！  
わからないことは先生にどんどん聞いてみよう！

### ☆年少少クラス <月別集中パート/縄跳び、ボール導入>

|      |                      |
|------|----------------------|
| 4/8  | 縄跳びを使って遊んでみよう        |
| 4/15 | 動かない大縄でいろんな跳び方をしてみよう |
| 4/22 | 大波、小波にチャレンジしよう       |

### ☆年少クラス <月別集中パート/ボール、マット導入>

|      |                               |
|------|-------------------------------|
| 4/8  | ボールを転がす、投げる、蹴る、物に当てる          |
| 4/15 | 上手なフォームで投げられるようになろう。的を狙って投げよう |
| 4/22 | ボールを使ったゲームで遊ぼう                |

### ☆年中・年長クラス <月別集中パート/マット、跳び箱>

|      |   |
|------|---|
| 4/8  | マット(前転、後転)、跳び箱(カエルジャンプで遠くに進もう、グージャンプで踏み切ろう) |
| 4/15 | マット(前転、後転、ブリッジに挑戦)、跳び箱(開脚跳びに挑戦しよう)          |
| 4/22 | マット(ブリッジ、倒立に挑戦)、跳び箱(台上前転に挑戦)                |

### ☆小学生クラス <月別集中パート/鉄棒、投げる・打つ>

|      |  |
|------|--|
| 4/8  | 鉄棒(前回りをきれいにやろう)、投げる・打つ(キャッチボール)        |
| 4/15 | 鉄棒(斜め懸垂で腕の力をつけよう)、投げる・打つ(バレーのサーブ、アタック) |
| 4/22 | 鉄棒(逆上がりに挑戦しよう)、投げる・打つ(投げてシュート、的当て)     |

### ☆親子体操クラス

今月はアスレチックパート、スローイングパートです。  
ボールをたくさん投げよう。シュート、的当てをやってみよう

※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。