

GWはどんなふうにご過ごしているかな？
体を動かすのに気持ちのいい季節だから、外でたくさん遊べる
といいね。楽しかった話を先生たちに聞かせてください！



5月の目標

先生やお友だちとたくさんお話ししよう！

☆年少少・年少クラス <月別集中パート/鉄棒>

5/7	鉄棒をしっかりにごぎってぶら下がろう。手を離さないように気をつけよう
5/14	ツバメで肘を伸ばして支えよう。お布団干しに挑戦しよう
5/21	先生にご手伝ってもらって、鉄棒をたくさん回ってみよう
5/28	1人で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>

5/7	お布団干しで力を抜いて、安全にご前回りをしよう
5/14	肘を曲げてぶら下がり、腕の力をつけよう。逆上ごりに挑戦しよう
5/21	逆上ごりをたくさん練習しよう
5/28	先生にご手伝ってもらって、いろいろな技に挑戦しよう

☆小学生クラス <月別集中パート/鉄棒>

5/7	ぶら下がり、ツバメ、前回りなどの基本の技をたくさん練習しよう
5/14	吊り縄やつな引きで握る力、引張る力をつけよう。肘を曲げるように意識しよう
5/21	逆上ごりをたくさん練習しよう
5/28	難しい技にも挑戦してみよう

※レッスン内でのお子様のマスク着用につきましては、選択性ごいたします。

- ・スポーツ庁より、十分に呼吸がご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、ごご家庭の判断でマスク着用はなしで受講してご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取るように、注意ごいたします。

※共有道具(鉄棒や跳び箱など)の使用につきましては、下記を徹底ごします。

- ・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ごお子さま、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)へのご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ごお願いご致します。

<https://little-athlete.com/information/pdf/info-20230331.pdf>