

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

出来ることから少しずつ!! 難しいことにも挑戦しよう!

☆年少少・年少クラス <月別集中パート/鉄棒>

5/14	鉄棒にぶら下がる、握る力をつけよう
5/21	ツバメで肘を伸ばそう。お布団干しに挑戦しよう
5/28	前回り、逆上がりに挑戦。できる子は1人で挑戦してみよう

☆年中・年長クラス <月別集中パート/鉄棒>

5/14	ツバメで肘を伸ばそう。1人でお布団干しに挑戦しよう
5/21	足抜き回り、前回りに挑戦しよう
5/28	いろいろな種目に挑戦しよう。逆上がり練習

☆小学生クラス <月別集中パート/鉄棒>

5/14	足抜き回り、前回りに挑戦しよう
5/21	逆上がり練習。肘を曲げてぶら下がろう。足を高く上にあげよう
5/28	足上げ腹筋で足上げ練習。懸垂に挑戦しよう。逆上がり練習

※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)へのご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-20230331.pdf>