

たのしい体育 (マット・とび箱・鉄棒・ボールゲーム)

土曜日午後 受講料 4.200 円

汗をかき、技を達成しましょう！

年中・年長クラス…14:15～15:15

動きや簡単な技を遊びながら、基本をしっかりと覚えましょう。

小1～2年クラス…15:15～16:15

小学校の器械運動を自分レベルから練習します。

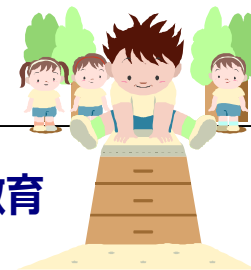
小3～6年クラス…16:15～17:15

中・高学年レベル器械体操を練習します。



講師 山口 恒
(ノーバ体育スクール)

平岡文化教室 885-3481



体育を好きになってもらうために～身体教育

①からだづくり～身体を動かすって楽しい！

柔軟体操、走る、なわとび、ボールなど

②みんなで運動する～協調性やリーダーシップの原体験！

鬼ごっこ、サッカー、ドッジボール、ポートボールなど

体育に自信を持つために～学校体育にあわせた器械運動

①マット 後ろ回り、腕立て側転、前方倒立回転…

②鉄棒 逆上がり、足かけ後ろ回り、後方支持回転…

③とび箱 開脚とび、かかえこみとび、前転とび…

それぞれの子どもの「頑張った」を引き出すために

～記録競技会～ 子どもたちそれぞれの身体づくりの

上達度がわかるように、年2回、個人のための走る・跳ぶ等

の記録競技会を行っています。