

# かけっこ俱楽部 たいいくじゅく

# 体育塾



## 監修

スポーツ広場代表  
西園 一也 (にしその かずや)

### 開催日 繩跳び

- 平成29年6月26日 (月)  
平成29年7月3日 (月)  
平成29年7月10日 (月)  
平成29年7月17日 (月)
- (指導内容)  
正しく疲れない前・後ろ跳びのやり方  
あや・交差跳びのやり方  
二重跳びの完成  
総復習

### 跳び箱

- 平成29年7月24日 (月)  
平成29年7月31日 (月)  
平成29年8月7日 (月)  
平成29年8月21日 (月)
- (指導内容)  
全4回を通して、跳べない子は跳べる様に、  
跳べる子はもっと跳べる様に指導します。

### マット運動

- 平成29年8月28日 (月)  
平成29年9月4日 (月)  
平成29年9月11日 (月)  
平成29年9月25日 (月)
- (指導内容)  
前転・後転をマスターする  
前転・後転を開脚や伸身にチャレンジ  
側転・逆立ちをマスターする  
マット運動総復習



東京メトロ丸ノ内線  
茗荷谷駅 正面改札 徒歩1分

文京区コミュニティバス  
「B一ぐる」窪町小学校駅 徒歩1分



監修  
にしその かずや  
西園 一也

10年前に体育の家庭教師スポーツひろばを立ち上げる。現在は運動の苦手な子専門の運動教室を世田谷にてオーブンさせ学校体育指導の研究を行い、多くの運動の苦手な子を解決に導いている。著書に「体育の苦手を解決する本」(草思社)がある。

時 間 小学校1年生・2年生の部: 午後3時45分～午後4時45分 (受付: 午後3時30分)

小学校2年生以上: 午後5時～午後6時 (受付: 午後4時45分)

場 所 文京区立窪町小学校 体育館またはプール広場 (文京区大塚3-2-3)

定 員 各部20名 ※定員となり次第、締め切らせていただきます。

参加費 各5,000円 (4回分) ※参加費には保険料・講師料が含まれています。

### 注意事項

- 受付開始は教室スタートの15分前です。  
学校での授業の妨げになるのでその前には来ないようにしてください。
- 室内用の運動靴を用意してください。
- 各自、飲み物を持参してください。
- 遅刻での参加は受け付けられません。必ず開始時間前に受付を済ませてください。
- 「縄跳び」のコースは、各自で縄跳びをお持ちください。

### 指導者



#### 教室リーダー

さとう ともよし  
佐藤 智佳

体育塾でおなじみ佐藤先生。数多くの教室リーダーを行い子どもたちが楽しくなる指導に定評がある。



#### 教室サブリーダー

みと ひろあき  
三戸 裕昭

幼少より器械体操を行い、アクロバティックな技もこなせるトランポリンのインストラクターも行っています。



#### 教室サブリーダー

せきね はるか  
関根 陽香

保育士有資格。実は運動が苦手。自身と同じ「運動が苦手」な子供達の「出来た!」を楽しみに指導しています。

### 申込方法

NPO法人大江戸内の専用ページにて、必要事項をご記入のうえ、  
お申込み下さい。

詳しくは <http://npo-ooedo.org>

6月11日(日)  
10:00より  
エントリー開始