

窪町小学校開催!!

たいいくじゅく

体育塾

かけっこ倶楽部



開催日 ボール投げ

平成30年11月26日(月)
平成30年12月3日(月)
平成30年12月10日(月)
平成30年12月17日(月)

(指導内容)

ドッジボールを投げる・捕る
ドッジボールを投げる・捕る
小さいボール(紅白だま)を片手で投げる
小さいボール(紅白だま)を片手で捕る ※フライも捕る

縄跳び

平成31年1月7日(月)
平成31年1月14日(月)
平成31年1月21日(月)
平成31年1月28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

マット運動

平成31年2月4日(月)
平成31年2月11日(月)
平成31年2月25日(月)
平成31年3月4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

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年生以上の部: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。

参加条件

小学校1年生・2年生の部:誰でも参加してください
小学校2年生以上の部:(ボール投げ)ソフトボールを10m以上投げられる
(縄跳び)あやとびが出来る
(マット運動)前転・後転が出来る

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、飲み物を持参してきてください。
- 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。



東京メトロ丸ノ内線 茗荷谷駅 正面改札 徒歩2分
文京区コミュニティバス「B-ぐる」窪町小学校駅 徒歩1分

スポーツひろば代表
にしその かずや
監修 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プ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「体育の苦手な子を解決する本」(草思社)がある。

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っています。



教室サブリーダー
しが だいち
志賀 大地
学生時代は野球で甲子園に出場。現在はパーソナルトレーナーとして子供から大人まで指導を行っています。

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>

10月27日(土)
10:00より
エントリー開始