

# 湯島小学校開催!!

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

- (指導内容)
- 2019年6月4日(火) ドッジボールを投げる・捕る
  - 2019年6月11日(火) ドッジボールを投げる・捕る
  - 2019年6月18日(火) 小さいボール(紅白だま)を片手で投げる
  - 2019年6月25日(火) 小さいボール(紅白だま)を片手で捕る ※フライも捕る

### 跳び箱

- (指導内容)
- 2019年7月2日(火)
  - 2019年7月9日(火)
  - 2019年7月16日(火)
  - 2019年7月23日(火)
- 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

- (指導内容)
- 2019年7月30日(火) 前転・後転をマスターする
  - 2019年8月6日(火) 前転・後転を開脚や伸身にチャレンジ
  - 2019年8月20日(火) 側転・逆立ちをマスターする
  - 2019年8月27日(火) マット運動総復習



東京メトロ千代田線 湯島駅5番出口 徒歩5分

**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** 湯島小学校(アカデミー湯島 併設) 体育館(文京区湯島2丁目28-14)  
※小学校の入口ではなく、アカデミー湯島から入ってエレベーターで3階が上がってください。

**定員** 各部30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

**参加費** 各5,500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。※受付は、エレベーターで3階上がった所に設置します。
  - 申込み後の返金は出来ませんのでご注意ください。

### 指導者



教室リーダー  
おくむら かずまさ  
**奥村 和正**

プロスキーヤーとして競技に取り組む傍ら、自身のトレーニングにおいて、人間の身体の事を深く知り、トレーニングをする事で「運動が得意になる」という可能性を感じる。もともと幼少期に運動が上手くできなかったコンプレックスもあり、大人から子供までわかるような、動きを細分化した丁寧な指導を心がけています。他にはジュニアアスリート向けのパーソナルトレーニングやスキーの指導活動も行なっている。



スポーツひろば代表  
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。

### 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>

5月19日(日)  
10:00より  
エントリー開始