

窪町小学校開催!!

体育塾

たいいくじゅく

かけっこ倶楽部



文部科学省が行う
新体力テストの成績を上げよう!
からだを動かそう!

「体育塾」は運動が苦手な子専門の運動教室「スポーツひろば」プロデュースの教室になります。

小学校で行われる新体力テストをテーマにして、運動能力を全般に上げていく教室です。

スポーツひろばのメソッドで運動にネガティブなお子さんに「出来る事の楽しさ」を教えています。

日体大卒「すイエんサー」 でもお馴染みの西園一也 監修

ヒューマン専門学校講師立武蔵大学外部専門員
都内支援級教員研修担当
運動が苦手な子専門の運動教室 スポーツひろば 代表
著書 体育の苦手を解決する、運動の絵本全集全4巻



開催日 速く走る

- 9月5日(月) 走るフォームも大事ですが「全力」を出せる様に自分の力のコントロールを学びます。
- 9月12日(月) 運動会ピリの子でも大丈夫。足を速くするトレーニングも勿論ですが、運動の基本でもある
- 9月19日(月) 「走り」を学び、運動能力の底上げを行います。
- 9月26日(月)

マット運動&跳び箱

- 11月7日(月) 前転・後転をマスターする
- 11月14日(月) 前転・後転を開脚や伸身にチャレンジ
- 11月21日(月) 全2回を通して、跳べない子は跳べる様に、
- 11月28日(月) 跳べる子はもっと跳べる様に指導します。

ボール投げ

- 10月3日(月)
- 10月10日(月) 大きな球も小さな球も基本的な投げ取りの
- 10月17日(月) 技術を学び、ドッジボールでの活躍を目指します。
- 10月24日(月)

縄跳び ※縄跳びは各自で持って来てください。

- 12月5日(月) 正しく疲れない、前、後ろ跳びのやり方
- 12月12日(月) あや、交差跳びのやりかた
- 12月19日(月) 二重跳びの完成
- 12月26日(月) 総復習

時間 【A班】小学校1・2年生の部:午後4時~午後4時50分(受付:午後3時50分)

【B班】小学校2年生以上の部:午後5時~午後5時50分(受付:午後4時50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25名 ※定員となり次第、締め切らせていただきます。

参加費 全16回22,000円

【単体種目での受付】A班B班各5名 全4回 7,000円

※参加費には保険料・講師料が含まれています。 ※入会費とユニフォームはございません。

注意事項

- 受付開始は教室スタートの10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下さい。
- 申込み後の返金は出来ませんのでご注意ください。
- 主催者は、傷病事故について、応急処置は行いますが責任は負いません。

指導者



教室リーダー
たかだ せいや
高田 聖也
上智大学
総合人間科学部看護学科
大学では看護学を履修し、運動が健康に及ぼす影響について学ぶ。
運動が苦手な子どもたちの気持ちに寄り添い、学校体育の種目を楽しく取り組めるに指導を心がけています。

コロナウイルス感染防止 のため下記を守ってください

- 1 自宅で検温を必ずしてきてください。
37度以上のお子様は欠席とさせていただきます。
- 2 参加者以外は会場に入れません。
(見学は出来ません。)
- 3 受付にて体調確認と手の消毒を行います。



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



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 <https://npo-ooedo.org>

7月23日(土)
10:00より
エントリー開始