

キッズスポーツスクール 2023

○「いろいろな運動に親しむ、基礎的な力や感覚を身につける、ルールや約束を守って行動する、友だちと仲よく活動すること」をねらいとして行います。



- 対象：年長から小学3年 定員：20名
- 日時：毎週土曜日 13:30～14:20
*夏季/冬季は時間と場所が変わります。
15:00～15:50 総合体育館2階ホール
- 場所：山県市総合体育館と高富中学校グラウンド
- 初回：4月8日(土)

担当コーチ

主任：谷端良夫

担当：前田恵津子 鈴木智也 白井由美子

運動内容

あそびコーナー

- ・なわとび・竹馬・ラダー
- ・ミニハードル・リズムジャンプ 等

器械あそび

- ・マット・とび箱・鉄棒・平均台
- *基礎感覚づくり運動

かけっこ・ジャンプ

- ・かけっこ/リレー・ミニハードル走
- ・はばとび・ゴムとび

ボールあそび

- ・いろいろボール投げ・的当て
- ・ラケットスポーツ

ゲーム

- ・鬼ごっこ・ドッジボール
- ・ボールけりゲーム

月1測定

- 身長・体前屈・開脚
- 立ち幅とび・5方向走

基本的な活動の流れ *1回のメイン活動は、2～3種目で構成します。

5分	10分	10分	10分	10分	5分
はじめの会 ～体操	あそびコーナー	活動Ⅰ	活動Ⅱ	活動Ⅲ	片付け～ まどめの会

服装や持ち物等の準備

- 運動服（学校・園の体操服） タオル 水分補給用飲み物 帽子（屋外時） マスク
- 運動シューズ（体育館活動日は、室内シューズ） なわとび（個人用/貸出あります）

参加時のお願い（新型コロナウイルス感染症予防については、今後対応が変わる場合があります。）

- ・新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、「健康管理表」を開始前に提出願います。
体調がすぐれないときは、参加を見合わせてください。また、「マスク着用」をお願いします。
- ・体育館での活動を見学される場合は、2階観覧席にて密にならないようお願いします。
- ・年長児の参加は、保護者同伴でお願いします。
- ・屋外で活動する日程もあります。雨天中止連絡は開始時刻30分前にTSC掲示板にてご確認ください。

TSC 掲示板 →

