

2019年 前期
アクティブ3B（ミニ・ジュニア） カリキュラム

活動日時 日曜日午前
ミニ：午前9時30～10時30分
ジュニア：10時45分～11時45分
対象者 ミニ：年中から年長児
ジュニア：1年生から2年生
場所 鷺塚小学校 体育館
持ち物 汗ふきタオル・水分・体育館シューズ
服装 運動の出来る服装
連絡先 NPO法人へきなん総合型スポーツクラブ事務局
0566-42-4233



ねらいと目的

- ・遊びながら身体を動かし、仲間とふれあう。
- ・参加者の年齢にあわせた運動を行い、体力増進をめざす。
- ・体を動かす事が苦手な子供達も成功体験を育み、運動意欲を向上する。
- ・指導者や仲間との交流を通じて、協調性やコミュニケーション能力を育てる。
- ・体を動かす事で、認知能力の発達を促す。

その他 担当指導者 たぶち 優子
施設や天応などの都合により、日程や会場が変更になる場合があります。
ご了承ください。

<日程と内容>

	期日	内容
No.1	4月14日	開校式・自分の体を知ろう～(オリジナル体力測定)
No.2	4月21日	柔軟性のある体づくりを作ろう
No.3	5月2日	(3B用具 ベルを使用します)
No.4	5月19日	
No.5	6月2日	素早く動けるかな？
No.6	6月9日	(3B用具 ボールを使用します)
No.7	6月16日	
No.8	6月23日	体の変化はあったかな～？(オリジナル体力測定)
No.9	6月30日	バランスの良い体を作りましょう
No.10	7月7日	(3B用具 ベルターを使用します)
No.11	7月14日	
No.12	7月21日	
No.13	7月28日	おもいっきり体を動かしましょう
No.14	8月11日	(オリジナル体力測定)
No.15	8月18日	閉校式・大きくなったね

