

平成31年度前期

子供・新体操教室 参加者用カリキュラム

- 【曜日】 毎週金曜日 【時間】 18:00～19:00
 【場所】 臨海体育館 アリーナ 2分の1面 (B)
 【対象者】 年中・年長・小学生 【定員】 30人
 【持物】 ①汗ふきタオル②ノート③雑巾1枚④ゼッケン(前・後・・・13*18くらいB5サイズの半分く名前のみ記入してください)⑤リボン(お持ちでない方は、初回の受講時に担当講師まで料金を添えて申込みます)⑥水筒(中味はお茶をお願いします)
 【服装】 レオタード又は水着(レオタードをご希望の方は申込み用紙にご記入の上、初回の受講時に担当講師まで料金を添えて申込みます)
 【連絡先】 へきなん総合型スポーツクラブ TEL 0566-42-4233
 碧南市スポーツ課(臨海体育館) TEL 0566-48-5311
 【その他】 ①ノートには出席表をお渡ししますので貼って下さい。②教室は裸足で行いますので、上履きは必要ありません。③教室の前に必ずトイレを済ませて下さい。④服装は夏：Tシャツ、冬：トレーナー、タイツ(足首から下のないもの)を上に着ても良いが必ず中にはレオタード又は水着を着用して下さい。又、髪形は整えて下さい。髪の長いお友達は、ポニーテール又はだんご縛りをお願いします。⑤見学はご遠慮ください。最終日に見学会を行います(最終日18:45～)。⑥お迎えの際にはお子さんとすれ違いのないようにお願いします。⑥受講者には、10回以上で修了証が発行されます。

目標 新体操の基本を学び、正しい姿勢で楽しく身体を動かしながら、集団生活において必要な事項を学ぶ

期日	内 容	期日	内 容	
第1回 4月19日	○開講式、諸連絡 ○バレエレッスン(足の形・1番・2番・5番) ○生徒基本 ①バレエの足1番で歩く ②かかとを上げて歩く ③ステップ ○柔軟体操	第9回 6月21日	↓	
第2回 4月26日	○バレエレッスン(床バー) ○生徒基本及び手具操作	第10回 6月28日		
第3回 5月10日	○柔軟体操 ○バレエレッスン及び床バー	第11回 7月5日		
第4回 5月17日	○生徒基本及び手具操作 ○リズムとりあそび	第12回 7月12日		
第5回 5月24日	○柔軟体操 ○バレエレッスン及び床バー	第13回 8月2日		
第6回 5月31日	○生徒基本及び手具操作 ○作品を覚える	第14回 8月9日		○バレエレッスン及び床バー ○基本をしながら全員で行う ○作品を各自で通せるように ○柔軟体操
第7回 6月7日	○柔軟体操	第15回 8月16日		○バレエレッスン及び床バー ○作品通し ○作品発表 ○リズム遊び
第8回 6月14日	↓			