

体幹を鍛え・柔軟性を高め・バランス感覚を養う

# アクティブ・キッズ



「体を動かすことの楽しさを実感できる」クラスです。

幼少期は運動機能を向上させる大切な時期です。ひと昔前に比べて、バギーで過ごす時間が伸びたことや、外遊びの時間が減ったことなどから、子どもの体力や運動能力の低下が問題視されています。

「うちの子、運動神経が悪くて…」という保護者の方の声をよく聞きますが、そもそも『運動神経』という神経はありません。ただ『運動経験が少ない』だけなのです。

これから先、サッカー、野球、体操など様々なスポーツに触れる機会があると思いますが、それらを習得するにあたり必要なのは、体の中心軸である体幹とバランス能力です。ここを幼少期に鍛えておくことこそが大切です。

「アクティブ・キッズ」は、運動能力の基礎を作るクラスです。また、心と体のバランスを大切に考え、運動を通して、お互いを思いやる心や社会性などを養い、出来なかったことができたときの『達成感』や『あきらめない気持ち』を育てます。

『幼児体育指導者検定』を取得した講師が指導します。

**対 象：**年少児・年中児

**日 程：**水曜日または木曜日 14:15～15:15 60分/月3回  
1～3週がレッスン日（サン・キッズカレンダーに準じる）

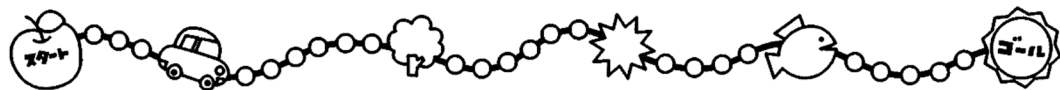
**持ち物：**うわばき、水筒、タオル

**費 用：**入会金 22,000 円 月謝 8,100 円 設備教材費 1,800 円

## 《レッスン内容》

挨拶・柔軟体操・バランス体操・リズム体操・コーディネーショントレーニング

指示運動（動物模倣・走る・跳ぶ）・模倣体操・表現遊び・ゲーム・マット運動・鉄棒・縄跳びなど



- ・授業では体操着を着用して頂きます。体操着は受付にて販売しております。上下セット 2,500 円(税込)
  - ・月 1 回 評価表をお渡しします。授業後の説明はありません。
  - ・欠席の場合は、欠席日の前後 1 か月以内にお振替が可能です。
- なお、無断欠席の場合は振替がお取りいただけませんので、ご注意ください。

ご不明な点がございましたら、お気軽にお声掛け下さい。

**ベンチャースクール サン・キッズ 小石川校**

文京区小石川 5-6-9 ドミ小石川 3F 03-3945-6331