

# 風の子 体育教室

## リズム

リズム感を養い  
動くタイミングを  
上手につかむ  
能力

## バランス

バランスを正しく  
保ち、崩れた姿勢  
を立て直す能力

## 定位

動いているものと  
自分の位置関係を  
把握する能力

## 分化(識別)

道具やスポーツ用具  
などを上手に操作  
する能力

## 反応

合図に素早く  
反応し、適切に  
対応する能力

## 変換

状況の変化に合わせ  
素早く動きを  
切り替える能力

## 連結

身体全体を  
スムーズに  
動かす能力

土田 IR

STAR

風の子体育教室では

7つの能力に  
アプローチして  
運動の苦手克服を  
目指します

# 風の子 体育教室 運動能力向上

## 未就学児 クラス

遊びを通して運動能力を  
身につけるクラスです  
子供達の意思を尊重し  
サポートします

### 内容

01. 幼児期に身につけたい基本動作や運動
02. 遊具や音楽を使った運動あそび

### 詳細

日時 水曜15:45-16:30  
対象 3才-未就学児  
担当 土田IR



## 小学生 クラス (初級・中級)

運動能力と脳を活性化  
することで  
子供自身が持つ潜在能力を  
引き出します  
楽しみながら無理なく  
自然と身につけることを  
目指します

### 内容

01. 持久力・柔軟性などの運動
02. 音楽を使ったジャンプやステップ練習等

※ 新規の方は初級参加後、先生の指示が合った場合に  
中級に異動可能です

### 詳細

日時 初級 | 水曜16:45-17:30  
中級 | 水曜17:40-18:25  
対象 小学生  
担当 土田IR

室内履き・飲み物・タオルを  
ご持参ください

