

【2024年度 からだ遊びNEO教室 年間カリキュラム】

木曜日 16:30~17:15 加津佐B&G海洋センター体育館 飲み物,タオル,シューズ(任意)持参

月度	日	テーマ	詳細	月度	日	テーマ	詳細
4	4	からだを使って 思いっきり遊ぼう！	参加者同士でペア遊びやグループ遊びを行います。 ・ジャンケン列車 ・ジャンケンGO ・鬼ごっこ ・リバーシ遊び 等	10	3	からだを使って 思いっきり遊ぼう！	参加者同士でペア遊びやグループ遊びを行います。 ・ジャンケン列車 ・ジャンケンGO ・鬼ごっこ ・リバーシ遊び 等
	11				10		
	18				17		
	25				24		
5	9	たくさん走って 遊ぼう！	遊びの中で沢山走る場面をつくり、自然と走力を養います。 ・逃げ鬼 ・追いかっこ ・かけっこ ・リレー大会 等	11	10/31	色んな動きをマネして遊ぼう！	動物や乗り物のマネをしながら、動きの基本を習得します。 ・イヌさん ・クマさん ・ワニさん ・カンガルーさん 等
	16				7		
	23				14		
	30				21		
6	6	マットの上で転がって遊ぼう！	マット運動で体を支える力やバランス力を養います。 ・えんぴつコロコロ ・トンネルくぐり ・前回り ・後ろ回り 等	12	11/28	鉄棒でグルグル回って遊ぼう！	鉄棒を使い、バランス力や支持力を養います。 ・スズメ ・ぶら下がり ・前回り ・逆上がり 等
	13				5		
	20				12		
	27				19		
7	4	色んなジャンプをして遊ぼう！	色んなジャンプを経験し、体の動かし方や跳躍力を養います。 ・JPマット ・連続ジャンプ ・ケンケンパ 等	1	12/26	縄跳びを使って遊ぼう！	短縄や大縄を使って色んな跳び方を挑戦します。 ・郵便屋さん ・大縄くぐり ・前跳び ・カウボーイ 等
	11				9		
	18				16		
	25				23		
8	1	色んなボールを使って遊ぼう！	様々なサイズのボールを投げたり蹴ったりして遊びます。 ・ボールCOT ・キャッチ&リリース ・的当て ・ボールゲーム 等	2	1/30	たくさん走って遊ぼう！	遊びの中で沢山走る場面をつくり、自然と走力を養います。 ・逃げ鬼 ・追いかっこ ・かけっこ ・リレー大会 等
	8				6		
	22				13		
	29				20		
9	5	跳び箱を使って遊ぼう！	跳び箱を使い、色々な跳躍に挑戦します。 ・駆け上がり ・忍者跳び ・開脚とび 等	3	2/27	色んなボールを使って遊ぼう！	様々なサイズのボールを投げたり蹴ったりして遊びます。 ・ボールCOT ・キャッチ&リリース ・的当て ・ボールゲーム 等
	12				6		
	19				13		
	26				27		

※上記日程・内容を基本と致しますが、変更になる場合があります。(実施日が木曜日ではない場合もあります)

※月2回コースの方は基本設定として、月度毎に1・3回目もしくは2・4回目での参加をご指定ください

※月2回コースで欠席された場合は、別の日程で振り替え参加していただく事が可能です。

その場合は必ず参加日をお知らせ下さい。

※4月~11月までは基本的に「裸足」で行います。12月以降は「室内用シューズ」をご準備ください。