

【2024年度 からだ遊びNEO教室 年間カリキュラム】

月曜日 16:30~17:15 ふかえ勤労者会館 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	1	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	7	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
	8				15		
	15				21		
	22				28		
5	7	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 ・追いかけて ・かけっこ ・リレー大会 等	11	5	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
	13				11		
	20				18		
	27				25		
6	3	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	2	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
	10				9		
	17				16		
	24				23		
7	1	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	6	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
	8				14		
	22				20		
	29				27		
8	5	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	3	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 ・追いかけて ・かけっこ ・リレー大会 等
	19				10		
	26				17		
	9/2				25		
9	9	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	3	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
	17				10		
	24				17		
	30				24		

※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。(実施日が月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。