

「ホリデージム」開催要項

運動経験を増やす事を目的とし、遊びからスポーツの楽しさを知り、運動がもっと好きになる子を育てます！

活動概要: ドッジボール、バスケットボール、フットサル、バレーボール、バドミントン、器械運動、水泳など様々な種目を行います。

活動日時: 日曜日(原則月2回) 10:00~11:00

人数、種目により年代別にクラスを分けて行う場合もあります。

活動場所: 山北町立川村小学校 体育館(山北町山北 1002)

インストラクター: 藤原 恭子(きよ)先生(日本体育協会公認スポーツリーダー)

飯田 満美子(まみ)先生(日本体育協会公認スポーツリーダー) ほか

対象: 幼稚園年長~小学6年(未就学児は保護者同伴)

持ち物/服装: 室内ばき、水筒、タオル、動きやすい服装

定員: 50名(定員になり次第締め切ります)

最少開催人数: 5名(登録数が5名に満たない場合は開催見合わせ、また25名を超えた場合はABクラスに分けての開催を検討します)

【活動予定】 4月14日、21日 ・ 5月12日、19日 ・ 6月2日、16日 (予定)

※通常活動は原則月2回開催予定。以降の予定は随時メール・HP・チラシにてご連絡します。

※会場予約の都合上、日程の確定は1ヵ月前です。日程が変更になる場合がありますのでご了承下さい。

【イベント予定】 7月:スポーツ&学習サポート「夏休み学習ひろば」、8月:水中運動会、9月:川遊び、10月:やまきた健康スポーツ大会参加、3月:お楽しみ会など開催予定。

【入会・継続方法】

・別紙の入会申込書に必要事項をご記入の上、保険料を添えて、活動日にお持ち下さい。

・ご継続の場合も、4月からのお子様の新学年をご記入の上、ご提出ください(一世帯一枚)。

〔 保険料:1,000円(一世帯、2020.3月末日まで有効) 〕

〔 会費:1回500円(都度払い) 〕

★3月17日までの手続きでミニプレゼント進呈中！会場でお待ちしています！★

※※※ 注意事項 ※※※

【保険料、その他会費等について】

■保険料:1,000円(一世帯に適用、2019.4~2020.3月末日まで有効)。

「あすぽ」の全ての事業に共通です。

■万一の事故、ケガの際は、加入保険の補償範囲内における

賠償とさせていただきます。予めご了承下さい。

■納入後の保険料、会費等は返金できません。

■あすぽ「定款」、「保険の詳細」につきましては、HPにてご確認ください。

■レッスンや活動風景を撮影することがあります。またその写真をブログやあすぽ広報誌等に掲載・利用することがあります。

【欠席について】

欠席の場合は必ず右記ジュニアあすぽメールにご連絡下さい。

【メール登録のお願い】

入会の際、必ず登録をお願いします。

アドレス変更時のご連絡も忘れずに。

開催日やイベントのご連絡のほか、緊急連絡等にも使用させていただきます。

ジュニアあすぽメール

asupo2010jr@yahoo.co.jp

タイトル「ホリデーメール登録」

本文「お子さま名、保護者名、連絡先TEL」

【入会前に体験できます！】

・1回500円 ・年度内1回のみ

・開催日2日前までにメールにて

「希望日、お子様名、学年、保護者

名、TEL」をお知らせ下さい

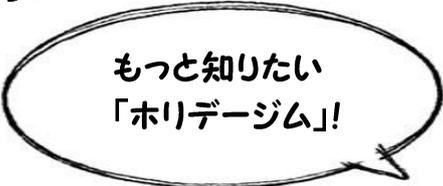
【お問合せ先】 ホリデージム担当:飯田 ※お問い合わせはなるべくメールにてお願いします

メールアドレス asupo2010jr@yahoo.co.jp HP: <https://asupo1.com>

TEL:090-8013-5541(秋葉)

FB: facebook.com/asupo2009

※この面では「ホリデージム」の思いや背景となることについてお伝えします。



●ホリデージムの活動方針



=Play sports! 体を動かして遊ぼう! =

ホリデージムでは「スポーツ(運動) = 訓練」ではなく、「=遊び」と捉え、まずは「運動を楽しむこと」を優先しています。レッスンでは毎回、運動を楽しむ工夫をたくさん用意し、それぞれのお子さんの得意なことを探して自信をつけるサポートをしていきます。そして、「好きだから続けられる！もっと頑張れる！」そんな気持ちになって、何事にもスキルアップを目指し、様々な事にチャレンジできる子になってほしいと活動を続けています。



●子どもの発育・成長について

・「運動神経は遺伝ではありません」

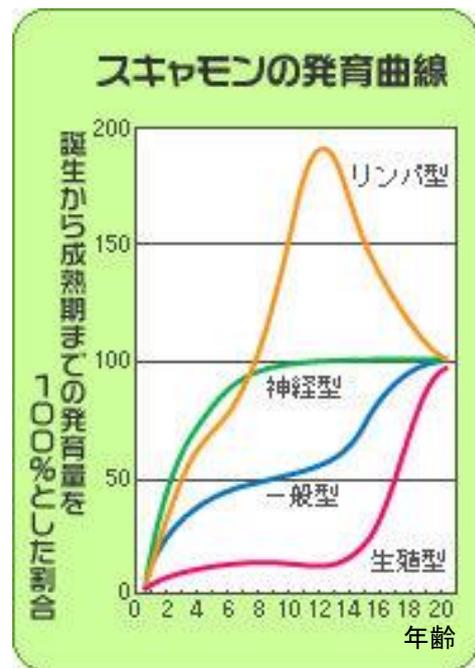
運動神経の良し悪しは圧倒的に、運動経験の豊富さによって決まります。幼いころからの運動経験の差が、その後の運動能力に影響し、「運動が好き！得意！」と思っている子は、活発に日常生活の中でも自然と運動機会が増えるので、ますます運動能力が発達していく良いサイクルが生まれます。

・「伸びる機会に、伸ばそう」

ホリデージムでは、そういったサイクルのきっかけに、5～8歳頃の**プレ・ゴールデンエイジ**にたくさんの運動を経験し、さらに体力的にも技術的にも伸び盛りの9～12歳頃の**ゴールデンエイジ**では、自ら運動機会を積極的に持てる子どもに育ててくれることを目標にしています。

・「好きだから続けられる！頑張れる！」

始めから運動が嫌いな子どもはいません。ホリデージムでは様々な運動を通し、多くのコンテンツを取り込み、一人一人が出来ること、得意なことさがしをして「やればできる！」と自信がつく指導をしていきます。



●具体的には…

☆“Play Sports”の実践

⇒スポーツは遊びの延長。
遊びからスポーツを取り入れる

☆体育がもっと好きになる

⇒学校体育の種目を取り入れ、基礎体力をつける
(走る、跳ぶ、投げる)

☆競技スポーツ入門

⇒ドッジボール、バスケット、テニス、バレー、サッカー、ダンス、水泳等、ローカルルールを盛り込んで、多種目に親しむ。

●さらに…

体力だけでなく、知力・精神力の発達も！

○集中力のある子になってほしい

⇒夢中になって遊ぶ60分

○小さなことにクヨクヨしないポジティブな子になってほしい

⇒思い切り体を動かすことで気分がスッキリ

○勉強も切り替えが上手な子になってほしい

⇒運動は脳を活性化させ、勉強の効率アップにも効果的

この機会にぜひ多くのお子さんのご参加をお待ちしています！