

常盤保育園 さま スポキッズ 年間スケジュール



	年少	年中	年長
4月(室内) 12日・26日	からだづくり 運動の基本動作を習得する ルールを覚えながら楽しく体を動かす	からだづくり 運動の基本動作を習得する 走運動の切り返しをはやくする	スポーツテスト ※室内・園庭 室内と園庭のスポーツテストの種目の計測をおこなう
5月(室内) 10日・24日	マット 回転感覚を身につけ今後の運動にも 応用できるようにする	マット 正確な前回りを習得する 坂道からの後ろ回りに挑戦する	マット 基本を身につけ正確さを高める 様々な技に挑戦する
6月(室内) 14日・21日	鉄棒 正確な握り方で力強く鉄棒を握る 動物のまねをする	鉄棒 鉄棒の基本動作を習得し回転感覚を 身につける	鉄棒 様々な技に挑戦する 逆上がりをマスターする
7月(園庭) 12日・26日	プール 水への恐怖心をなくし楽しく水遊びが 出来るようになる	プール 水への恐怖心をなくす 動物のまねをする	運動会練習・プール 動物のまねをする 潜る練習をする
8月(園庭) 9日・23日	プール 水への恐怖心をなくし楽しく水遊びが 出来るようになる	プール プール内で潜る練習をする	プール 潜る練習をする バタ足で前に進めるようになる
9月(園庭) 13日・27日	運動会練習 運動会本番を想定し練習をする かけっこのスタートの練習をする	運動会練習 運動会本番を想定し練習をする かけっこのスタートの練習をする	運動会練習 運動会本番を想定し練習をおこない 完成させる
10月(室内) 11日・25日	ボール(捕・投) ボールをキャッチする練習をする 捕球できた喜びを味わう	ボール(捕・投) 複数の運動を組み合わせながら ボールを捕球する	ドッジボール ドッジボールに向けて、投げ方を覚え 強く遠くに投げられるようになる
11月(園庭) 8日・22日	サッカー ボールを止めるコツをつかみ、ドリブル ストップ、シュートに挑戦する	サッカー ジグザグドリブルに挑戦する ドリブルシュートに挑戦する	サッカー 攻守の練習をする ミニゲームをする
12月(室内) 6日・20日	跳び箱 跳び箱に恐怖心を持たないようにする 跳び箱の基本を身につける	跳び箱 跳び箱の基本を身につける 1段でも高く跳べるようになる	跳び箱 跳び箱の基本を身につける 開脚跳び、台上前転に挑戦する
1月(園庭) 17日・31日	タグ しっぽ取りに挑戦する 周りを見る力を養う	タグ スポーツタグ取り鬼ごっこに挑戦する ルールを理解する	スポーツテスト スポーツテストの計測(室内・園庭) をおこなう
2月(室内) 14日・28日	トランポリン 跳運動の応用としてトランポリンを使い 空中姿勢や着地をしっかりとこなう	トランポリン 空中姿勢や着地をしっかりとこなう 複数の運動を組み合わせをおこなう	トランポリン 空中姿勢や着地をしっかりとこなう 複数の運動を組み合わせをおこなう
3月(室内) 7日・14日	まとめ 来年度に向けて必要な運動を行う 今年度の復習を行う	まとめ 来年度に向けて必要な運動を行う 今年度の復習を行う	まとめ 1年間の中で楽しかった種目を行う 今後、より伸ばしたい運動を行う

☆レッスンのポイント☆

脳に刺激を与えながら運動するコーディネーション運動を中心にレッスンをおこないます。

室内と園庭でレッスンプログラムを作成しております。天候により室内での実施、行事等で室内が使用できない場合は、園庭で実施致しますので、お気軽にお申し付けください。

名 称 : スポキッズ

運営会社 : 株式会社 健心体育塾

所在地 : 長崎県諫早市小豆崎町 3 1 5 - 1

TEL : 0957-47-8429

FAX : 0957-47-8479



info@spo-kids.com