

# なんでゲームやテレビばかり見てるのだろう・・・ もっと外で遊べばいいのに・・・

一度はそう思ったことはありませんか？  
今のお子様は外での遊び方や体の動かし方を知らないのです。この機会に楽しんで体を動かし、  
**運動大好きっ子**に育てませんか？

5月より  
**教室スタート**  
運動の基礎をメインに50分間  
元気に体を動かします。

- あまり外で遊びたがらない
- 気づいたらゲームばかりしている
- 運動のやり方がわかっていない

## キッズコーディネーション 運動教室

**コーディネーション運動 (7つの能力)**により、運動嫌いのお子様や、運動不足のお子様を**運動大好きっ子**に育てるための教室です

これらが7つの能力です!

### 変換能力

状況に応じて適切に対処する能力  
例)相手の動きに合わせて攻守を切り替える。

### リズム能力

動作のタイミングを合わせられる能力  
例)音や合図に合わせて指定の動きが取れる。

### 反応能力

合図などに素早く反応する能力

### 連結能力

身体をスムーズに動かす能力  
例)受け身を取れる。

### バランス能力

崩れた体勢でもバランスを保てる能力  
例)転びそうになっても耐えられる。

### 識別能力

手足、道具を扱う能力  
例)ボールを正確に蹴ることができる。

### 定位能力

物や人などの位置関係を把握する能力  
例)ボールなどの落下地点に正確に入ることができる。

神経の働きが**最も伸びる幼児期から成長期**にかけて特定のスポーツだけでなく、いろいろな動きを身につけておくことは、将来スポーツの技能や体力を高めるために大変重要なことなのです。いいかえると、この時期に**いろいろな動き**を経験しておくことで、体が成長しても運動能力の損なわない**運動大好きっ子**になる大チャンスです!!

4月10日(月)より北見市民温水プールフロントにて受講料を添えてお申込みください。

授業日	月曜日	— 15:00~15:50 (幼児) / 16:00~16:50 (小学生)
	水曜日	— 17:30~18:20 (小学生)
	木曜日	— 15:00~15:50 (幼児)
	金曜日	— 15:00~15:50 (幼児)
	土曜日	— 10:00~10:50 (幼児) / 16:30~17:20 (小学生)
授業料	— 1,500円/月 (コミュニティルーム利用料、年間保険料別)	

※幼児は年中・年長、小学生は3年生までとさせていただきます。  
※各曜日、時間10名定員となっております。

北見市民温水プール  
管理会社 株式会社スコレ  
☎0157-57-6741