



2022年度

「おやこたいそう」年間スケジュール

毎月第1木曜日 10:30～11:30

〈太陽スポーツクラブ〉

注意 5月、11月、1月は第2木曜日に変更 指導員 有馬 鈴太郎 (ありま りんたろう)

日にち	活動内容
4月7日	自己紹介 <small>・幼児期の心と体について ・親子体操の留意点</small> 先生と仲良しになろう！ <small>・基本の運動、親子ゲーム ・スキンシップ親子体操</small>
◎ 5月12日	つかまえてみよう！ ティッシュ遊び 袋遊び 紙テープ遊び
6月2日	バルーンで遊ぼう！ こたつ 小波 山 メリーゴーランド 家 ポップコーン
7月7日	バスタオルで遊ぼう！ キャッチ ソリ遊び ジャンプ カ試し 大きめのバスタオルをご持参下さい
8月4日	体操選手になろう！ マット遊び 跳び箱遊び 平均台遊び 鉄棒遊び
9月1日	ボールとフリスビーで遊ぼう！ ボール遊び コーン(小)遊び ソフトフリスビー遊び
10月6日	運動会ごっこをしよう！ よーい ドン！ お手玉遊び
◎ 11月10日	新聞紙で遊ぼう！ 新聞ボール遊び 輪投げ サッカー ラーメン合戦
12月1日	縄で遊ぼう！ 縄上ジャンプ 縄回し 綱引き 綱渡り 連続ジャンプ
◎ 1月12日	フープで遊ぼう！ フープ遊び トンネル遊び
2月2日	リズム棒で遊ぼう！ ドライブごっこ ハードル バルーン遊び
3月2日	1年間のまとめをしよう！ スキンシップ親子体操 鬼遊び



子どもさんは基本的に裸足での参加をお願いしています。