



2026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 ◆対象児 1歳~3歳
〈太陽スポーツクラブ〉



注意 4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9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7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4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2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6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3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1日	運動会ごっこをしよう！ よーい ドン！ お手玉遊び 
11月5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3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7日	フープで遊ぼう！ フープ遊び トネル遊び
2月4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4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。

