

戸吹スポーツ公園 サニースクール

♪体験参加受付中♪

# スポーツ教室



運動の専門講師が  
つくるプログラム！

関わる  
試す

深める  
知る

認め合う  
自ら取り  
組む

の3ステップで、個から集団へ  
スモールステップで仲間づくりが  
できるようにプログラムを工夫し  
ています。

複数の友達との関わりを通して、  
コミュニケーション能力や、他者と  
協調する社会性を育みます。

幼児期に身につけたい  
36の基本動作！

幼児期運動指針(文部科学省策定)  
をもとにした「36の基本動作」を取  
り入れた運動遊びで、多様な動きを  
経験しよう！

運動機能が急速に発達する幼児期  
に多様な動きを身につけることは、  
生涯にわたりスポーツを楽しむ体  
の基礎をつくるだけでなく、運動に対  
する自信や、とっさの時に身を守る  
動きにも繋がります。

体力測定で 得意な  
スポーツを知れる！

子どもの得意なスポーツがわかる  
体力測定「マイスポ」を年2回実施！  
得意を見つけられるほか、定期的  
な測定で自分の成長を振り返る  
ことができます。



マイスポ

曜日  
日時

毎月第2・4土曜

・未就学クラス 14:00~14:50  
・小学1~3年生 15:10~16:00

料金

体験参加 1,000円(税込)※体験は1回のみです

会員参加 回数券6枚つづり 9,000円(税込)  
または、現金払い 1,650円/回(税込)

回数券がお得♪

お問い合わせ・お申込み

☎ 042-691-2288

戸吹スポーツ公園

開園時間 7:30~22:00  
八王子市戸吹町1746-1

# スポーツ教室って どんなことをするの？

毎回のテーマに沿って、段階を踏みながらいくつかの運動遊びにチャレンジ！  
遊びの中で身体を動かして「できた！」を増やします。

これまでの教室の様子や  
今後の詳しい予定は、HPをチェック！

＼今後の予定はこちら／

6月	8日	ダンス、ステップトレーニング
	22日	水を使った体ほぐし運動
7月	13日	ボールを使ったゲーム遊び①
	27日	ボールを使ったゲーム遊び②
8月	10日	コーディネーショントレーニング
	24日	ペアで仲良く体ほぐし運動
9月	14日	かけっこゲーム運動
	28日	体の使い方が上手くなる運動遊び

＼教室の様子／



＼今後の予定／



## 参加者の声

- ・協調運動がうまくなりました。
- ・先生の話も理解して楽しく取り組める時間が増えました。
- ・学校以外のお友達ができて楽しそうです。

などなど、子ども単体の成長や変化が見られるとの声を多くいただいています。

メイン  
講師



### 秋元平良 先生

東京都の公立小学校で12年間勤務した後、体育科を専門としていた経験から「幼少年体育指導士」「足育推進委員」として全国で運動遊び指導を実施。特定非営利活動法人 COLLECTIVEを設立。学校の先生と社会が協働し、子供たちが未来に触れ考え行動する教育機会を提供。

専門  
講師



### 植松伸之介 先生

2002年ハンドボールドイツブンデスリーガ  
1. SV Concordia Delitzschとプロ契約  
2015年ZHC Grubenlampe監督就任  
2016年16年に及ぶドイツでの活動を終え帰国  
2017年明星大学男子ハンドボール部監督就任  
2018年U-19男子日本代表監督就任

専門  
講師



### チカ 先生

「自由表現」をテーマにしたダンスとアートのワークショップ屋。4歳からダンスを習い始める。2018年ダンスアトリエMixJuiceを設立・運営。現在は都内で「あおぞらダンス」と題して、公園やスタジオ等出張ダンスレッスンを実施中。また、「自由表現」と「アート」の相性が良いことに気づき、アートワークショップも展開。

## 自然体験教室も開催中！

第4土曜日  
の午前中

スポーツ教室と同日開催の自然体験教室では、公園内の樹木を使った工作や、いきもの観察ツアー、植物の育て方講座などを行っています。

自然体験教室は会員制ではありませんので、気になるプログラムにその都度お申し込みください♪ 詳しくは公園HPへ！

