

☆ レッスン予定表 ☆



5月



|                          | 1～3歳クラス             | 4・5歳クラス                 | 小学生クラス                    |
|--------------------------|---------------------|-------------------------|---------------------------|
| 5月1週目<br>5/6(火)～5/12(月)  | 跳び箱<br>鉄棒           | 鉄棒<br>トランポリン<br>大縄跳び    | リズムトレーニング<br>鉄棒<br>トランポリン |
| 5月2週目<br>5/13(火)～5/19(月) | 鉄棒<br>マット           | 鉄棒<br>竹馬<br>ボール投げ       | リズムトレーニング<br>鉄棒<br>トランポリン |
| 5月3週目<br>5/20(火)～5/26(月) | 鉄棒<br>マット<br>※チェック週 | 鉄棒※チェック<br>竹馬           | 走る練習<br>鉄棒<br>サッカー        |
| 5月4週目<br>5/27(火)～6/2(月)  | マット<br>跳び箱          | 跳び箱<br>サッカー<br>縄跳び※チェック | 走る練習<br>サッカー              |



6月



|                          | 1～3歳クラス                         | 4・5歳クラス                   | 小学生クラス                      |
|--------------------------|---------------------------------|---------------------------|-----------------------------|
| 6月1週目<br>6/3(火)～6/9(月)   | 跳び箱<br>鉄棒                       | 跳び箱<br>縄跳び※チェック<br>サッカー   | 竹馬<br>跳び箱(開脚跳び)<br>サッカー     |
| 6月2週目<br>6/10(火)～6/16(月) | 跳び箱<br>マット                      | 跳び箱※記録<br>マット<br>バスケットボール | 竹馬<br>跳び箱(開脚跳び)<br>バスケットボール |
| 6月3週目<br>6/17(火)～6/23(月) | 跳び箱<br>体力測定の練習<br>※チェック週        | 体力測定練習<br>マット<br>バスケットボール | 跳び箱(開脚跳び)※記録<br>バスケットボール    |
| 6月4週目<br>6/24(火)～6/30(月) | 体力測定<br>(1歳クラス対象のお子様・プレスクールは除く) |                           |                             |

○マット…髪の毛を結ぶ際には、位置を気を付けてください。  
○跳び箱…ジーパンは足が開きにくいので、避けてください。台上前転の際、髪の毛を結ぶ位置を気を付けてください。  
○鉄棒…足を掛ける技があるので、なるべく長ズボンをご用意ください。※小学生は手を拭くタオルをご持参ください。

－技の合格・記録について－

4・5歳クラス … 米印(※)のついている種目の進級チェックを行います。  
マット・鉄棒 : 2回連続でできた場合、合格  
跳び箱 : 2回連続で跳べたらクリアとなり、段数をチャレンジノートに記入します。  
縄跳び : 指定の回数を連続跳びで1回できたら合格(毎回チェックになります。)

小学生クラス … マット・鉄棒はレッスンで取り組む際に、2回連続でできたら随時合格となります。  
跳び箱・縄跳びは4・5歳同様になります。

※レッスン予定表は、状況によりレッスン時変更がある場合があります。予めご了承ください。