

# ☆ レッスン予定表 ☆



## 1月



	1～3歳クラス	4・5歳クラス	小学生クラス
1月1週目 1/4(土)～1/10(金)	マット 跳び箱	跳び箱(開脚跳び) 竹馬 サッカー	跳び箱(台上前転) COT
1月2週目 1/11(土)～1/17(金)	跳び箱 鉄棒	跳び箱(開脚跳び) 竹馬 マット	跳び箱(台上前転)※記録 ユニホック
1月3週目 1/18(土)～1/24(金)	鉄棒 マット	鉄棒 マット バスケットボール	縄跳び ボール運動
1月4週目 1/25(土)～1/31(金)	マット 鉄棒	鉄棒 マット ユニホック	マット ポートボール



## 2月



	1～3歳クラス	4・5歳クラス	小学生クラス
2月1週目 2/1(土)～2/7(金)	マット 縄跳び	鉄棒 COT 風船バレー	マット ミニバレー
2月2週目 2/8(土)～2/14(金)	縄跳び 鉄棒	跳び箱(開脚跳び) キャッチボール 鉄棒	跳び箱(開脚跳び)※記録 ドッジボール
2月3週目 2/15(土)～2/21(金)	鉄棒 トランポリン	跳び箱(開脚跳び)※記録 トランポリン キャッチボール	跳び箱(閉脚跳び)※記録 バスケットボール
2月4週目 2/22(土)～2/28(金)	トランポリン 跳び箱	マット トランポリン 縄跳び	鉄棒 トランポリン

○マット…女の子は髪の毛を結ぶ際には、位置を気を付けて下さい。

○跳び箱…ジーパンは足が開きにくいので、避けて下さい。台上前転の際、女の子は髪の毛を結ぶ位置を気を付けて下さい。

○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下さい。※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

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。