

# HAT小学生体育クラブ



## 【3つの柱】

「身体面の向上」「精神面の向上」「技能面の向上」  
3つの柱を大切にし、取り組みを行っていきます。

## 【内 容】

マット・跳び箱・鉄棒の3種目を中心として、個人のレベルにあわせた段階別指導法により、技能獲得に挑みます。また、ボール・縄跳び・サーキット等を用いた運動により、調整力・平衡感覚等の運動神経の向上を図る運動を行います。他にもグループ・集団ゲームなどを通して、仲間と協力する気持ちを育てます。



## 「目標・課題」

小学生は、年齢とは関係なく運動能力により、技能レベルが違います。その為、小学生クラスでは、周りの子にとらわれず、能力を最大限に引き出せるよう、一人ひとりの状態を把握し、個人に合わせた技能獲得に取り組んでいきます。

秋には他クラブと合同での【体操競技会】に参加しています。

# HAT小学生ダンスクラブ

ダンスをやってみたい、ダンスに興味があるお友達！！

みんなで一緒にダンスを始めませんか??

初めは難しく感じるかもしれませんが積み重ねていけば、

楽しく踊れるようになります！！



pixta.jp - 16029173

音楽のリズムに合わせて、ダンスの基本的な動き、基礎体力の向上、リズム感の強化を目指します。ステップの組み合わせを楽しみ、走ったり、跳んだり、様々な動きにチャレンジしながら体を動かし表現する楽しさ、喜びを伝えます。