

キッズ体操教室

■講座内容

★器械運動におけるさまざまな技を習得し、子どもたちの基礎体力の向上を図るとともに、身体支配能力や自己表現能力を養います。

★年齢や能力に合わせたグループに分けて指導を行ないます。

★レベルに合わせていろいろな技に挑戦し、技が「できる」達成感や体操競技の楽しさを体感します。

■講師

- 田口 晴康 福岡大学スポーツ科学部教授・同体操競技部部长
 森井 亮和 福岡大学スポーツ科学部助教・同体操競技部コーチ
 花田 彬 福岡大学スポーツ科学部助手・同体操競技部女子監督
 貞方 浩二 福岡大学スポーツ科学部非常勤講師・同体操競技部男子監督
 山浦 大智 福岡大学体操競技部コーチ
 竹川 義之 アクシオン体操クラブ指導員・体操競技審判員
 鎌田 恵輔 福岡大学大学院スポーツ健康科学研究科
 ※指導アシスタント 福岡大学体操競技部部員

期間	5/8～7/10 10回
曜日・時間	月曜日 17:00～18:30
対象・定員	小学生男女 50人 ※運動に支障がない健康状態の方
会場	福岡大学
受講料	14,000円
受付方法	抽選(受付期間4/4～4/11) 抽選日(4/12)
申込方法	5ページの申込方法参照

■開講日程

回	月	日	曜日	回	月	日	曜日	指導内容(全期間中を通しての目安です)
1	5	8	月	6	6	12	月	オリエンテーション 年齢および能力別クラスわけチェック(初回)
2	5	15	月	7	6	19	月	1. 体力(柔軟性、筋力、敏捷性、持久力、調整力)を高めていく 基礎的な動きの獲得 2. 学校体育における器械運動の授業に取り上げられている 技の習得 マット運動・跳び箱・鉄棒・平均台 3. 体操競技に関わる基礎技能および技の習得 トランポリン・ミニトランポリン・平行棒・つり輪・ボック等 の器具を利用して 4. 発表会
3	5	22	月	8	6	26	月	
4	5	29	月	9	7	3	月	
5	6	5	月	10	7	10	月	

