



2020年10月～2021年1月レッスンスケジュール

10月のお休みは**15日(木)～17日(土)**です。
お休み・振替の連絡先は【011-398-7715】



1週目

1日(木)～
6日(火)

体操 (マット運動)
ステップ
(ダンス:新曲)

2週目

8日(木)～
13日(火)

体操 (マット運動)
ステップ
(ダンス:新曲)

3週目

18日(日)～
24日(土)

食育
体操 (マット運動)

4週目

25日(日)～
31日(土)

打つ
(バレーボール)

	1週目	2週目	3週目	4週目
11月	体操 (鉄棒)	体操 (鉄棒)	食育	蹴る (フットサル)
	ステップ (ダンス)	ステップ (ダンス)	体操 (鉄棒)	
12月	体操 (跳び箱)	体操 (跳び箱)	食育	投げる・捕る (ドッジボール)
	ステップ (ダンス:メドレー)	ステップ (ダンス:メドレー)	体操 (跳び箱)	
2021年 1月	体操 (マット運動)	体操 (マット運動)	食育	打つ (てのひらけつと)
	ステップ (ダンス:新曲)	ステップ (ダンス:新曲)	体操 (マット運動)	



2020年10月レッスンプログラムの詳細

*1日(木)~6日(火)*2週目: 8日(木)~13日(火)

体操では「マット運動」を実施します!!

自分のやりたい種目・できるようになりたい種目を練習しよう! 毎回同じ失敗をしないよう1回1回集中し改善しながら練習していきましょう(´ー´)ノ

ダンスは新曲! 通常クラスは「米津玄師:感電」、

esクラス は「ディズニー:アンダー・ザ・シー」を踊ります!!

今月から新しいダンスです! 新しい振り付けを覚えるのは少し大変です...ただ見て動くだけではなく、頭と体で覚えられるよう踊っていこう♪

※1,2週目はw-upとして「鬼ごっこ」を行います。



*3週目: 18日(日)~24日(土)

食育では「江戸時代の食事」について学びます!

今から約400年前の日本人がどんなものを食べていたか知っているかな? 試食は実際に江戸時代の人々が食べていた「玄米のおにぎり」を食べます♪

※3週目はw-upとして「ダンス」を行います。

*4週目: 25日(日)~31日(土)

4週目はボール運動「打つ(バレーボール)」を実施します!!

ボールと仲間をしっかりと見ながらパスを繋ぎ、チーム全員が活躍できるよう頑張ろう(*^^*)

※4週目はハロウィンウィークです! 毎年同様ハロウィンの仮装をしてレッスンを行います!

今年はウィーク内でハロウィンイベントも行います。詳細は後日お送りします!



急遽レッスン内容を変更する場合がございます。ご了承ください。
10月のお休みは15日(木)~17日(土)です。お休み・振替の連絡先は【011-398-7715】
< 無断欠席の場合は、振替不可となりますのでご注意ください。 >