

10月 スケジュール

体操：マット運動

マット運動の基本「前転」「後転」
いつでもきれいにかっこよく回れるように！
やってみたい技があればぜひチャレンジ！



ダンス

今月から**新曲**です！**通常クラス**「サンボ
マスター：できっこないをやらなくちゃ」、
esクラスは「忍たま乱太郎：勇気100%」を
踊ります！がんばって覚えようね (*"▽")



日程

01週目
1日(金)～7日(木)
体操・ダンス

02週目
8日(金)～14日(木)
体操・食育

03週目
19日(火)～24日(日)
体操・ダンス

04週目
26日(火)～31日(日)
ボール運動

食育：カレーライスのお秘密

みんな**大好き**！カレーライスの美味しさの
秘密を学ぼう♪試食はもちろんカレー♪



ボール運動：蹴る

「攻めと守り」キックベースボールです。
転がってくるボールを蹴っ飛ばしてすぐ1塁へ
走る。ボールに追いつかれないように！



W-UP 1、2週目 サーキットトレーニング
3週目 ダンス
を行います！

11～12月スケジュール

	1週目	2週目	3週目	4週目
11月	体操（鉄棒）	食育	体操（鉄棒）	投げる・捕る （ポートボール）
	ステップ （ダンス）	体操（鉄棒）	ステップ （ダンス）	
12月	体操（跳び箱）	食育	体操（跳び箱）	ダンス発表会 打つ （バレーボール）
	ステップ （ダンス：メドレー）	体操（跳び箱）	ステップ （ダンス：メドレー）	

10月のお休みは**15(金)16(土)17(日)**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。＞