


この時期、こどもの運動能力は、**ぐんぐん** 伸びる!!



ももちっ子 運動クラブ

～ こども運動教室 ～

◆ 教室内容 ◆

本教室では、こどもの**運動能力**（頭で判断し、効率良く筋肉を動かす能力）や**基礎体力の向上**を目指します。この運動能力を向上させることで、身体の使い方が上達し、学校での体育の授業やスポーツなどの場面で活かすことができます。遊びの要素を取り入れながら楽しく行っていきますので、是非この機会に！

日 程：平成24年2月27日～3月26日 毎週月曜日 全4回
※休館日の3/19は除く

時 間：①午後3時半～4時半 5歳～6歳（未就学児）の部
②午後4時50分～5時50分 小学1年生～2年生の部

場 所：ももち体育館 競技場

定 員：各20名（先着順）

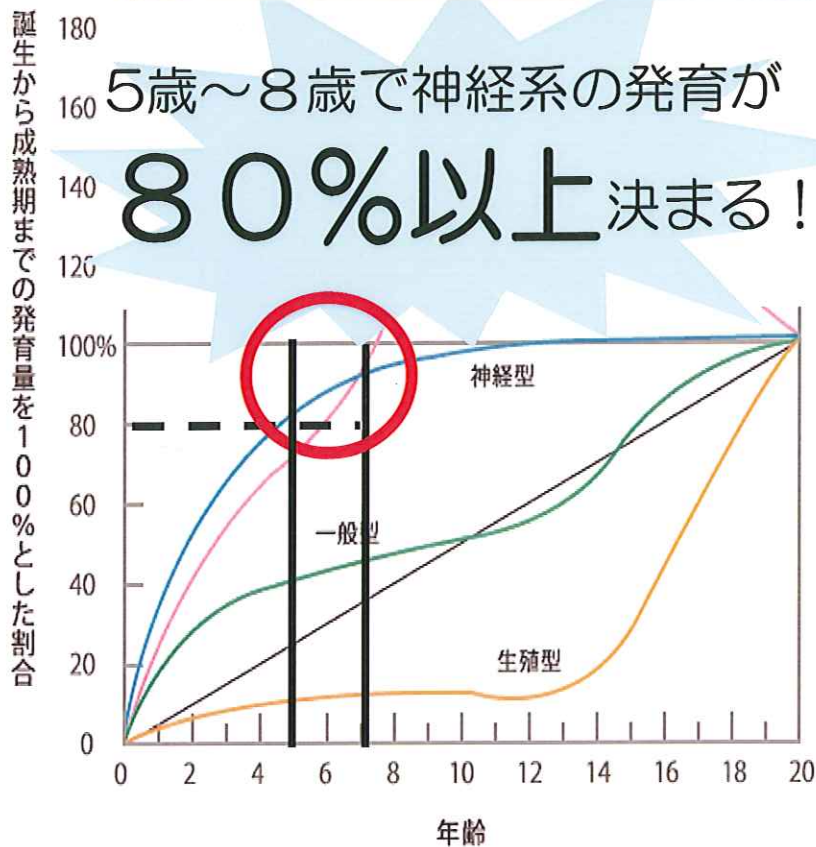
参加料：各1,800円

申込み：平成24年2月1日（水）午前10時より受付開始
※受付開始日以降に電話で予約後、当館で申込みをお願いします。

問い合わせ：ももち体育館 TEL：851-4550

保護者の皆様方も
是非ご観覧下さい！

青線（神経型）に注目!!



参考資料：スキャモンの発育曲線

神経系とは？

走る・投げる・跳ぶの運動の基本的な動作に加え、反応やバランス感覚などの「調整力」として運動能力には欠かせない要素です。

こんな体験ありませんか？

- ・小さい頃に自転車の乗り方を一度覚えたら、練習していない今でもスムーズに乗れる。
- ・幼児の頃から親子でボール遊びをしていたおかげで、小学生になって野球やサッカーの上達が早かった。

つまり

この時期にさまざまな動き（運動）を行うとで、将来的に運動能力が向上しやすくなります。

※個人差があります