

わくわく スポーツ教室

NO. 4



せいろ幼稚園では、体力向上と幼児期に身に付けたい運動機能獲得を目指し、スポーツ教室を実施します。



支持力～腕で体を支える力～につながる動き

わきの裏側にある筋肉を鍛えることで身に付く。



学年が一つ違うだけで、手足の運び方に発達の違いが感じられます。



リズム感につながる動き

回数を重ねることで、速く動けるようになる。



自分でバランスをとり、重心のかけ方が上手になってきます。両足での着地も、4歳児になると安定感が感じられますね。

