

Star Kids

11月 スケジュール

体操：鉄棒

「前回り」「逆上がり」「空中逆上がり」「空中前回り」苦手なことも、アドバイスを聞いてたくさん練習してしっかりマスターしましょう！



ステップ：ダンス

通常クラスは「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%」がんばって覚えましょう！



日程

01週目
2日(火)～7日(日)
体操・ダンス

02週目
9日(火)～14日(日)
体操・食育

03週目
16日(火)～21日(日)
体操・ダンス

04週目
23日(火)～28日(日)
ボール運動

食育：マヨネーズ

みんなは好きかな？手作りマヨネーズを作ろう♪マヨネーズの材料と栄養について学んでいきます♪美味しく作ろう。



ボール運動：投げる・捕る

ポートボールを行います。「ドリブルしながら前に移動する」「仲間にパスをする。またはパスをもらう」「シュートをする」この動きをつなげて試合にいかそう！



W-UP

1、3週目 マラソン
2週目 ダンス



を行います！

	1週目	2週目	3週目	4週目
12月	体操（跳び箱）	食育	体操（跳び箱）	ダンス発表会
	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）	打つ （バレーボール）
1月以降のスケジュール詳細につきまして、次回12月分のスケジュールでお知らせいたします。				

11月のお休みは**ありません**！ 11月29日(火)は**12月分第1周目**のレッスンとなります。
12月のお休みは、28日(火)、30日(木)、31日(金)となります。

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。＞

Star Kids

10月 スケジュール

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

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 (*"▽")



食育：カレーライスの秘密

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、3週目 サークットトレーニング
2週目 ダンス
を行います！

	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。>