

ルートプラス が運動に関するお悩みを解決します！

後援：大津市教育委員会

スポーツの秋!!  
一緒に体を動かしませんか?

第8回健康寿命を伸ばそう！AWARD  
スポーツ庁長官 優秀賞  
受賞プログラム

各部定員  
5名

無料

子どもたちのやる気と可能性を引き出す!

# スポーツ体験会開催!

かけっこが速くなりたい! 体力をつけたい! 好きな運動を見つけたい!  
運動の基礎をしっかりと身につけると苦手な運動がなくなります!

# 10月2日 日



詳しくは  
裏面へ

1部 13:30-14:30 (3歳~2年生)

2部 15:00-16:00 (3年生~6年生)

会場

青山スクール  
周辺会場

※詳しい会場はお電話にてお伝えいたします



私たちプロのインストラクターの  
全力指導にご期待ください!

運動が苦手な子には運動が好きになる指導を、  
得意な子には得意が伸びる指導をいたします。

《お申し込みはこちらから》

ネットでのお申し込み



《24時間受付中》

電話でのお申し込み

0940-38-4123

《受付時間》 9:00-15:00 (平日のみ)

※受付時間外の場合は左記QRコードにてご連絡ください。







a



## 総合運動ってなあに？



今回のスポーツイベントでは、「総合運動」を行います！総合運動とは、運動のベースとなる心と体の力を身につけるルートプラス独自の運動カリキュラムです。

運動が苦手・得意に関わらず、今以上の自分に成長することができることが特徴です。継続している子ども達の多くが運動能力の伸びを感じてくれています。そのため、学校体育の予習・復習としても役立てていただけます。



## なぜ子どもの時期に運動した方がいいの？

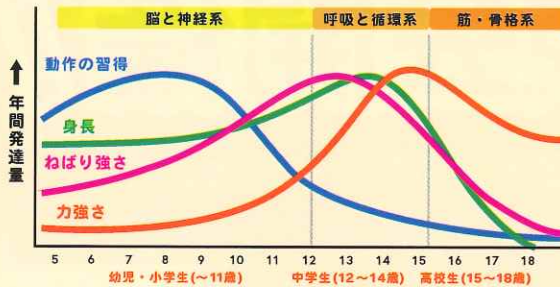
## 園児の時期

動きの習得が著しい時期のため、走る、跳ぶ、投げるなどの運動の基礎練習が必要です。この時期の運動経験はその後の成長期には手に入らない急激な成長を引き出します。

運動面での伸びはもちろん、決まりや順番を守る、挨拶を自ら行うなど、今後の生活に役立つ心の成長も学びます。

## 小学生の時期

運動のゴールデンエイジと呼ばれる時期で一生で一度の『即座の習得』が可能です。この時期に運動が得意になると、運動を一生楽しめる心と体を育むことができます。また、異学年交流によるリーダー体験により、自信を持ち、いろんなことに取り組める子どもに成長します。



## 子どもの成長をサポートするオリジナルカリキュラム

ウォームアップ  
クールダウン

運動前後にしっかりと体をほぐす体操を行います。すべての運動の基本です。



ビジョントレーニング

目で見たものを身体で表現する能力を高めるトレーニングです。運動の基礎づくりや苦手克服に役立ちます。



ルート鬼ごっこ

皆の大好きな鬼ごっこをスポーツ風にアレンジしました。誰もが楽しめる最高のスポーツとして大人気！



## 新型コロナウイルス感染拡大防止および感染予防対策について

安全対策（熱中症予防、新型コロナウイルス感染予防）に配慮した活動を行います。あらかじめご了承のうえ、イベントへの参加判断をお願いいたします。



室内での体験会は密閉対策として換気を徹底します。



参加者の皆様には体験会前後、手指の消毒のご協力をお願いします。共用物品は、事前に消毒済みのものを使用しています。



指導員はフェイスシールドを着用します。参加者の皆様にはマスク着用をお願いします。運動中は十分な水分補給を促し、暑さや運動環境によりマスクの取り外しを促すことがあります。



密集、密接を避けたカリキュラムにて運動を実施します。保護者用観覧席は2m間隔を保ち配置します。従来の体験会の半分の参観人数にて開催しております。



指導員は当日36.9度以下の体温確認ができている者が参加しています。参加者の皆様にも検温のご協力をお願いしています。