



★ベビーだより★

♪ おうちでもできる練習にトライしてみよう♪



「しゃがむのが苦手…」 「どうしてバタ足するときに姿勢が縦になっちゃうのかしら…」 などのお悩みや疑問をお持ちではないでしょうか？今回は、そんなお悩みを解決しましょう！実は、体操やウォーミングアップ、赤い台を使った練習で行っている一連の動きは、お子様の成長を左右するとても大切な動きとなっています。では、クラス別にお家でもできる練習をご紹介します！

-----*ラッコ・カニクラス…ハイハイで歩く前の基礎を固めよう！*-----

ハイハイは立って歩く動作を行う前のとても大切な第一歩です。

つまり立ちももちろん大切ですが、まずはカーペットやマットの上で四つん這いになってみましょう。

そのあと、おもちゃなどでお子さまの興味を引いて、ハイハイで前に進む練習をしてみてください。

そうすると立って歩き始めた時も足運びがスムーズになりますよ！

-----*カメ・アヒルクラス…立ってしゃがむ動きをマスターしよう！*-----

立ってしゃがむ動作は膝を使いますので、バネを利用してジャンプする動作ができるようになります！

体操でも行っている「1、2、3、ちいさくなって」の動きは特に効果的です！最初はしゃがむことが理解できず、立っているだけかもしれません。慣れないうちは足元におもちゃ等を置いて興味を引きながら練習してみましょう。もしあれば、おうちの中でもフラフープやマットの下を小さくくぐる練習をしてみましょう。

-----*マンボウ・トビウオクラス…泳ぐ姿勢の第一歩を踏み出そう！*-----

ママパパがんばれでうまく姿勢が保てないのは、姿勢維持の方法がわからないからです。

まずは、布団の上やベッドに上半身のみを乗せた状態にして、お子さまの足を持ってバタ足の練習をしてみましょう。水の中で姿勢を維持するのは、なかなか難しいものです。

最初は水の中で立ったような姿勢であっても、徐々に姿勢がとれるようになりますよ！

私たちコーチも、ママパパと一緒にお子さまの成長をサポートできるような遊びを用意してお待ちしております！
何かお悩みや疑問点等がありましたら、コーチまでお気軽にご相談ください☆

♪7・8月イベント開催のお知らせ♪

7月1週目より、ベビークラス・幼児クラス合同でスタンプラリーイベントを開催しております！

週1回の方は**8個**、週2回の方は**16個**のスタンプを集めましょう！

また、スタンプを8個または16個集めることができた方には、皆勤賞として記念品をプレゼントいたします！

皆勤賞の方は後日、ホームページや館内掲示でご紹介させていただきます。ご同意いただけない場合は、コーチまたはフロントスタッフまでお申し出ください。

振替でもスタンプを押すことができますので、休校日分やお休みをされた際には是非ご活用ください！

(詳細はホームページまたはお手紙でご確認ください)



♪時間変更のお知らせ♪

夏季特別教室開催に伴い、時間変更がございます。

土曜日…10:00体操開始→**10:10体操開始**

対象日…7月18日・25日/8月1日・8日・22日

(8月15日は休校日のため除く)

通常授業より10分遅れでのスタートですので、お間違いないようお願い致します。

他曜日の時間変更はございません。ご理解とご協力の程、よろしくお願い致します。

♪7月・8月休校日について♪

7月30日(木)…月末休校日のため

8月13日(木)、8月15日(土)…お盆休校日のため

8月29日(土)…月末休校日のため

夏といえばプール！スタンプラリーも開催中ですので、たくさんプールに来てくださいね！



