



プライド・リッチ 体操クラブ

プライド・リッチ体操クラブとは

プライド・リッチのプライドとは「心」という意味です。リッチとは「豊」という意味です。体操は体を操ると書いて「体操」と成ります。

プライド・リッチ体操クラブでは、体操で「心」を「豊」に、学び・成長して行くという意味です。

お子様の成長を、体操を通して、一生懸命に応援します。

[各クラス概要]

■ 親子クラス

保護者の方と一緒に、音楽に合わせてリズム体操に加え、積み木を上ったり・下ったり、平均台渡り、手具などを使って運動を行います。また、体操器具を使って、初歩運動を行います。保護者の方と一緒に参加して頂きますので、小さなお子様でも安心して溶け込んで行きます。環境になれて行くお子さんを、一緒になって「明るく・楽しく・元気良く」学んで行きます。



■ 幼児クラス

年少から年長までの対象です。マット・跳び箱・鉄棒の種目を中心に、各種目の導入運動から、個人の動きに合わせてスクールを行います。また、積み木渡りや手具を使った内容や、なわとびの取り組みも行って行きます。スクールの中から、目標を持って取り組んで行く事の大切さを学んで行きます。



【 マ ッ ト 】



【 跳 び 箱 】



【 鉄 棒 】

■ 低学年クラス ■ 高学年クラス

マット・跳び箱・鉄棒の種目を中心に、各種目の導入運動から、個人の動きに合わせてスクールを行います。各種目目標を持って取り組んで行くことは勿論の事、出来た事・出来なかった事を、しっかりと理解し、考えて取り組む事の大切さを学んで行きます。また、体操は「走る・蹴る・跳び越す・ぶら下がる・支える・着地」と言った運動を行う事で、運動諸機能系・神経系・骨格系がバランス良く向上して行く事に繋がりますので、お子様がいろいろなスポーツを始める前には、こういった運動が一番適切であり、スクールに置いて、しっかりと学んで行きます。