

令和3年度 後期アクティブ☆キッズ☆プログラム 日程表

令和3年11月1日現在

●陸上教室(☆持ち物 運動のできる服装、運動靴、飲料、タオル、マスク、雨天時上履き)

	月 日	時 間	会 場	備 考
1	10月17日 (日)	8:00~9:30	東中学校グラウンド	雨天: 勤労青少年体育センター 8:00~
2	10月24日 (日)	8:00~9:30	東中学校グラウンド	雨天: 勤労青少年体育センター 8:00~
3	10月31日 (日)	8:00~9:30	東中学校グラウンド	雨天: 創造の家 8:00~
4	11月 7日 (日)	8:00~9:30	東中学校グラウンド	雨天: 高甫小学校体育館 8:30~

※雨天の場合は体育館で1時間の教室となります

●インドアソフトテニス教室(☆持ち物 運動のできる服装、上履き、ラケット、飲料、タオル、マスク)

	月 日	時 間	会 場	備 考
1	10月19日 (火)	19:00~20:30	勤労青少年体育センター	
2	10月26日 (火)	19:00~20:30	勤労青少年体育センター	
3	11月 2日 (火)	19:00~20:30	勤労青少年体育センター	
4	11月 9日 (火)	19:00~20:30	勤労青少年体育センター	
5	11月16日 (火)	19:00~20:30	勤労青少年体育センター	
6	11月23日 (火)	19:00~20:30	勤労青少年体育センター	
7	11月30日 (火)	19:00~20:30	勤労青少年体育センター	
8	12月 7日 (火)	19:00~20:30	勤労青少年体育センター	

●ストリートダンス教室 (☆持ち物 運動のできる服装、上履き、飲料、タオル、マスク)

	月 日	時 間	会 場	備 考
1	10月20日 (水)	19:30~20:45	創造の家 軽運動室	
2	10月27日 (水)	19:30~20:45	創造の家 軽運動室	
3	11月10日 (水)	19:30~20:45	創造の家 軽運動室	
4	11月17日 (水)	19:30~20:45	創造の家 軽運動室	

●バドミントン教室(☆持ち物 運動のできる服装、上履き、ラケット、飲料、タオル、マスク)

	月 日	時 間	会 場	備 考
1	10月21日 (木)	19:30~21:00	須坂市市民体育館	
2	10月28日 (木)	19:30~21:00	須坂市市民体育館	
3	11月 4日 (木)	19:30~21:00	須坂市市民体育館	
4	11月11日 (木)	19:30~21:00	須坂市市民体育館	
5	11月18日 (木)	19:30~21:00	須坂市市民体育館	
6	11月25日 (木)	19:30~21:00	須坂市市民体育館	
7	12月 2日 (木)	19:30~21:00	須坂市市民体育館	
8	12月 9日 (木)	19:30~21:00	須坂市市民体育館	

●空手教室(☆持ち物 運動のできる服装、上履き、飲料、タオル、マスク)

	月 日	時 間	会 場	備 考
1	12月14日 (火)	18:15~19:30	創造の家 軽運動室	
2	12月21日 (火)	18:15~19:30	創造の家 軽運動室	
3	1月11日 (火)	18:15~19:30	創造の家 軽運動室	
4	1月18日 (火)	18:15~19:30	創造の家 軽運動室	

●トランポリン教室(☆持ち物 運動のできる服装、上履き、飲料、タオル、マスク)

	月 日	時 間	会 場	備 考
1	11月28日 (日)	10:00~11:00	勤労青少年体育センター	【1班】1~3年生
2	1月 9日 (日)	10:00~11:00	勤労青少年体育センター	【2班】4~6年生

※安全にトランポリンを跳べるように服装は長袖、長ズボン、靴下着用【ベルト・チャック・ボタンがついているものは避けてください】

●アウトドア教室(☆持ち物 動きやすい服装、運動靴、軍手、飲料、タオル、マスク)

	月 日	時 間	会 場	備 考
1	12月 4日 (土)	9:30~11:00	創造の家の森	
2	12月11日 (土)	9:30~11:00	創造の家の森	

※12月4日の初回で材料費500円を集合させて頂きます。

●卓球教室(☆持ち物 運動のできる服装、上履き、ラケット、飲料、タオル、マスク)

	月 日	時 間	会 場	備 考
1	1月22日 (土)	10:00~11:30	卓球場	
2	1月29日 (土)	10:00~11:30	卓球場	
3	2月 5日 (土)	10:00~11:30	卓球場	
4	2月12日 (土)	10:00~11:30	卓球場	

●スキー教室(☆持ち物 スキーウェア・道具一式 ※リフト代、レンタル代など個人負担)

	月 日	時 間	会 場	備 考
1	12月29日 (日)	9:00~12:00	ニンジャスノーハイランド	【1班】
2	1月 3日 (日)	9:00~12:00	ニンジャスノーハイランド	【2班】

アクティブ☆キッズ☆プログラムの開催に伴うお願い

スポーツ教室は、小・中学生を対象に、活動的な生活習慣を身につけ、スポーツを楽しむための能力育成や心身の健康と「フェアプレイで須坂を元気に」あくしゅ・あいさつ・ありがとうという具体的な行動を通じ、仲間、参加者同士が相手の気持ちや考え方を理解しながら、各種スポーツの基本を身につける

☆次の事項を守って、楽しい教室をつくりあげましょう☆

あいさつ・へんじは大きな声で元気よく！

1 受講前

☆教室当日の朝、お家で体温を計り健康チェック表を記入し忘れずに持参してください。

- (1) 教室開始10分前位には集合しましょう。
- (2) 毎回受付で手指の消毒を行い「健康チェック表」をスタッフに提出してください
- (3) 受付でスタッフが検温を行い、名札シールをお渡しします。各自胸に貼ってください。※使用した名札はお家で捨てましょう
- (4) 服装は運動しやすい服装で、運動靴を履いて、用具等には必ず名前を書いておきましょう。
- (5) 準備はテキパキと行いましょう。
- (6) 毎回飲み物を持参しましょう。水分補給をし、熱中症などにならないよう気をつけて取り組んでください。

2 受講中

- (1) よく聞くことは上達の早道：おしゃべりは他の人の迷惑。よく指導者の話には耳をかたむけ、また、わからないところは積極的に質問しましょう。
- (2) みんなで仲良く：スポーツは仲間があり、相手があってこそ楽しめます。お互いに尊重しあい助け合いましょう。
- (3) からだのコンディションに注意：病気やけが、気分の悪い時は無理をせず、からだの調子が回復してから頑張りましょう。
- (4) 用具等の調子が悪いときは指導者へ申し出てください。
- (5) 遅刻・早退の際は、必ず担当指導者に申し出て指示を受けてください。

3 受講後

- (1) 器具・用具の整理・整頓と清掃をしましょう。
- (2) かたづけはテキパキと行いましょう。
- (3) 使用箇所・用具等の消毒清掃を行うため速やかに退出しましょう。

4 その他・新型コロナウイルス感染症対策等

- (1) 会場・日程は変更なる場合があります。
- (2) 欠席する場合は、前日までにスポーツ協会(創造の家内)に連絡をしてください。
TEL: 248-0892 受付時間8:30~17:00 *日・祝日は職員不在のため、連絡不要
- (3) 教室最終日にアンケートの記入をお願いしておりますのでご協力ください。
- (4) 新型コロナウイルス感染症対策等により日々状況変化する事が予想されます。教室開催有無・変更等の最新情報は当協会のホームページにてお知らせ致しますので参加前にご確認下さい。
- (5) 状況により予定されていた日程が急遽中止・打ち切りになる場合があります。
- (6) 中止となった場合は未開催分を日割り計算にてご返金致します。
※保険料、個人の都合により欠席分はご返金致しません。
- (7) 教室参加前後には必ず各自うがい・手洗いの徹底をお願い致します。
- (8) 平熱を超える発熱、または風邪のような症状(発熱・咳・くしゃみ・鼻水)のある場合は参加をお控え下さい。