

小諸市運動遊び事業 親子運動教室のお誘い

こんなことを
目指しています

テーマは、「子どもの賢さを引き出す親子運動遊び」

柳沢運動プログラムとは～

柳沢運動プログラムとは、松本短期大学の柳澤秋孝教授が考案された「子どもの脳と心と体」の発達を促す運動プログラムです。

現代では、「荒れる・キレル・無気力・諦めやす・社会性の乱れ」など子どもたちは心のコントロールが難しくなっております。また、身体的にも疲れやすい、思いもよらない怪我が発生しております。

柳沢教授らの研究においてそれらの原因は、「10歳までの運動体験の不足」であることが分かってきました。運動体験の不足が、脳の前頭前野と呼ばれる「感情の抑制、集中力、空気を読む力」など社会性の中枢機能を低下させていることが最新の脳科学から分かってきました。

現在、柳沢運動プログラムは、小諸市をはじめ多くの自治体で取り入れられ、成果を上げております。特に幼少期の心身のバランスの調整や障がい児への楽しい運動のアプローチが最も効果的であると分かってきました。楽しくそして、理論づけられた運動遊び講座に遊びに来てください。

運動教室の指導者より～

皆さんこんにちは！運動保育士の宮沢優紀です。平成25年度より、3名のスタッフで小諸市の保育園、幼稚園を巡回し柳沢運動プログラムを提供させて頂いております。

今回のイベントは、家庭で子どもの発達を促す事ができる、親子運動遊び教室を実施します。普段行っている保育園の運動遊びとは違う、親子との触れ合い遊びで「逆上がり」「跳び箱」「側転」「前転」などの基礎作りを行います。同時に親子ふれあい遊びには、コミュニケーション力を向上させる要素が含まれております。現代の子ども達に一番必要とされている前頭前野（社会性）を育てると言ってもいいでしょう。是非、年齢に合った様々な遊びを習得していただき、お家で実践していただければ幸いです。

たくさんのご参加、お待ちしております！

各コース、先着60名
まで！！

運動遊び講座の詳細

開催日：11月9日（土）

料金：無料

場所：小諸市武道館(剣道場)

コース：

年長コース： 9:00～9:50

年中コース： 10:00～10:50

年少コース： 11:00～11:50

学童コース： 12:00～12:50

持ち物：飲み物、動ける服装

申し込み先

小諸市教育委員会

子ども育成課 幼児教育係

TEL：0267-22-1700内線314

FAX：0267-23-8857

Email: yoji@city.komoro.nagano.jp

◇◇◇必須事項◇◇◇

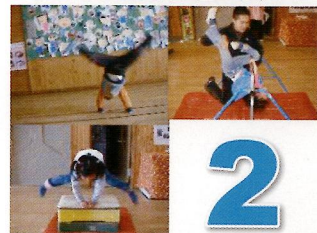
保護者氏名

子ども氏名（観覧のみは不要）

参加コース



逆上がりや側転ができる
ようになり運動神経が良くなる



語彙力を高め学力を
向上させる



仲間と集団で遊ぶ



全身を使うことで
生活リズムを整える

