

# VTOPIA 体育スクール

小学校体育に沿った内容で、マット運動、鉄棒、とび箱を中心に練習をします。その他、運動の基礎となるコーディネーショントレーニングを取り入れ、神経伝達を促進します。



神経系とは、バランス、リズム、瞬発、判断といった、運動能力に最も大きく関わる、脳からの指令伝達を指します。この神経系の発達、6歳頃までに成人の80%以上の成長を遂げます。



クラスには、学年、園、小学校が異なるお友達が様々です。集団での練習だからこそ、学べる事が多くあります。



小学校体育に基づき、基礎の技から順番にステップアップしていける、独自のカリキュラムを取り入れております。



毎月最終週にテストを行います。会員メールにて、お子様のテスト結果や、スクールでの様子の他、自宅での練習方法等をフィードバックしております。



できるようになった事は、みんなで評価をし、称え合います。苦手な事にも挑戦します。苦手をあえて意識し、具体的な説明と原因の究明で、コーチと共に、克服を目指します。

- ゴールデンエイジと呼ばれる今後の成長を左右する最も重要な時期。
- 多様な運動刺激を脳に与え、神経細胞を複雑に張り巡らせることができる。
- 脳からの指令伝達、身体のコントロール  
||  
様々な運動が期用ができる

- 学年、学校を超えた友達ができる。
- 並ぶ、順番を守る、話を聴いて考える力が身につく。
- 競争心、協調性を育む。

- 基礎から順に習得ができる。
- 技の習得だけでなく、たくさんの技の名前や応用も身につく。
- 体育ファイルで、習得済の技、今後練習していく技が、一目で分かる。

- 進級状況が、分かりやすい。
- スクールが観覧できない時も、子どもの様子が分かる。
- 練習状況、テスト結果を家族で共有できる。
- 自宅での練習方法を知り、予習・復習練習ができる。

- できるようになった事、テスト結果ランキングを館内にて掲示し、みんなで称賛をします。
- 苦手、できない理由を知ることが、苦手克服の近道です。



## Vトピア体育カリキュラム

**鉄棒カリキュラム**  
レベル1~11

**とび箱カリキュラム**  
横とび、たてとび、台上前転

新体力テスト対策

なわとび

マット運動

鉄棒

とび箱

ボール

コーディネーショントレーニング

フローアップスクール

**カリキュラム全制覇者**  
裏練習メニュー

## コーディネーショントレーニングってなに??

コーディネーショントレーニングとは、脳神経系を鍛え、身体の動きを調整する能力(コーディネーション能力)を高めるトレーニングです。様々なスポーツの技術習得や、怪物の予防、集中力、思考力向上にもつながります。



**幼児クラス** 昼夜問わずおもむが完全に外れて  
3歳~年長

**小学生クラス** 小学1年生~

