

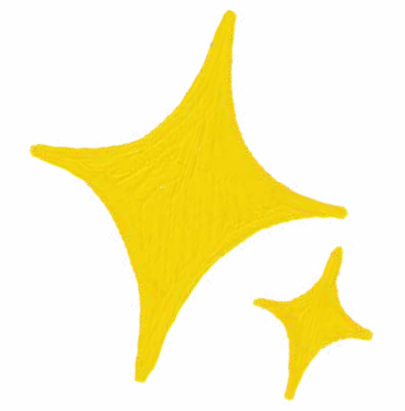
～わくわくした大人に育てる～

運動メソッド

3つの魔法



ひなたキッズ体操教室





①利き手・利き足をなくす！

- ・どちらかに偏ると、バランスが悪くなり、姿勢が崩れ、大人になったときにもバランスが偏った体になってしまいます。

ひなたキッズでは目の前の結果だけでなく、**将来の体と向き合い、子どもの時期にできることを運動の側面からアプローチしていきます。**

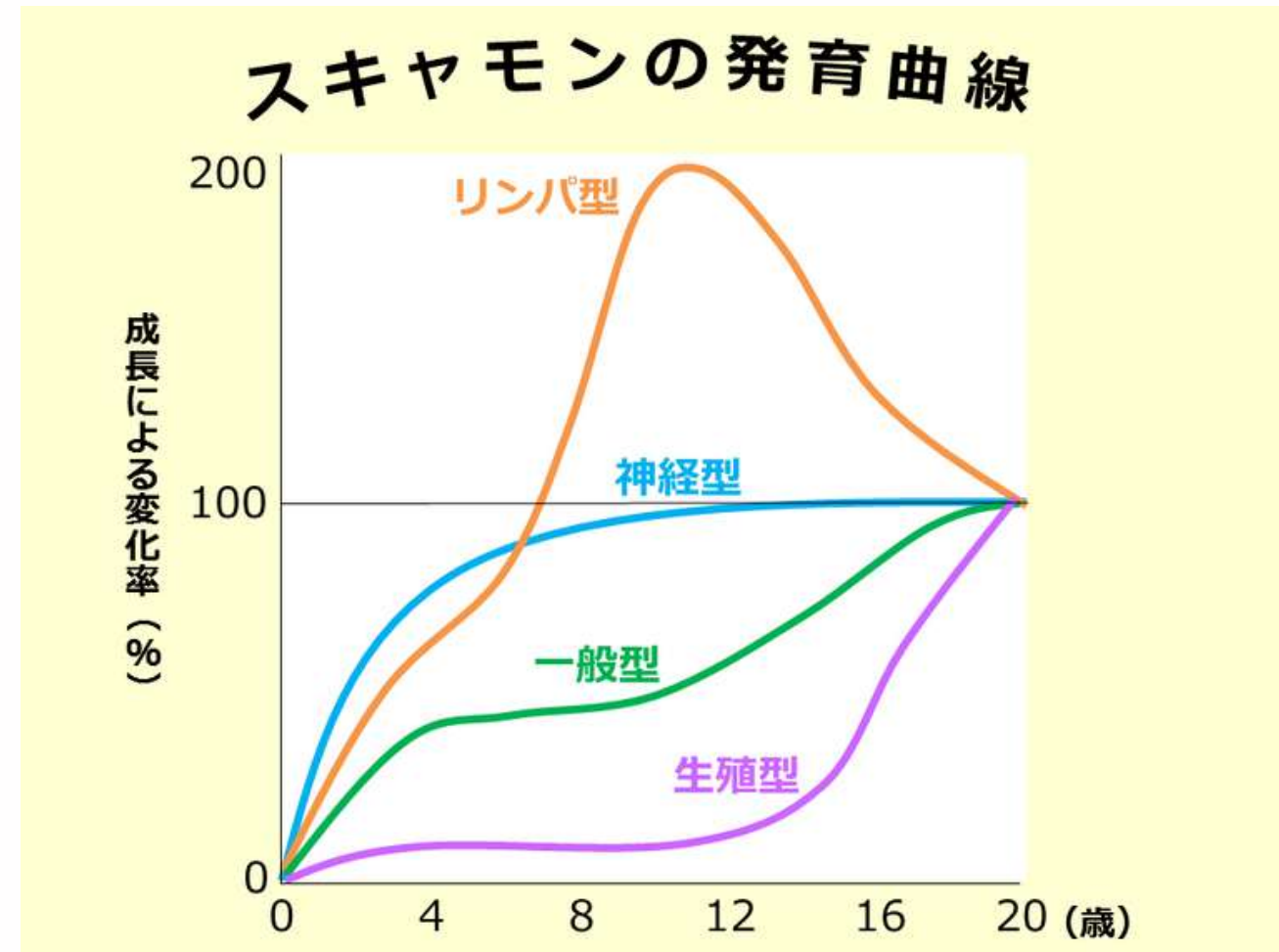
また左右差をなくすことで脳にも良い影響が生まれ、思い通りに動かせる体づくりを目指します。****




②運動能力は幼児期に発達する！ 様々な動きや転び方を体験する！

大きくなってから転ぶと大きな怪我や大好きなスポーツも
続けられないようになってしまう可能性があります。

体が小さい時から沢山の転び方を体験し、
沢山の運動遊びメニューを通してどんな
スポーツを続けていけるような体づくりを目指します！！





**③全ての動きを繋げる
頭を使った運動遊び！**

**マットや鉄棒からボール遊びまで！
全ての動きはどこかに共通点があります！
全てのメニューにおいてただ楽しいだけの
ことはしません！**

**一つひとつに意味のある
メッセージを込めて、一人ひとりへのアプローチ
を変えながらレッスンしていきます！**

