

# サタデースクール通信

令和5年12月発行  
サタデースクール  
代表 宮本 雅代

日頃よりサタデースクールの活動に、御理解・御協力をいただきありがとうございます。ひの社会教育センターの方々やボランティアの皆様、学校の御協力をいただき、今年度も全4回を無事に終えることができました。来年度も開催を予定しておりますので、皆様ぜひ御参加ください。申込詳細につきましては、新年度になりましたら、お知らせいたします。

## 私たちが大切にしていること

- ★一人一人のペースで！ゆっくりさんもせっかちさんもみんな違ってみんなOK！
- ★自己選択の工夫がたくさん！  
「自分で選ぶ」活動に！
- ★「できた！の体験」で帰り道は笑顔でいっぱい！



## あいさつ・準備運動 全体で気持ちを 合わせます



みんな大好き  
「びよびよさん」  
会場は笑いに包  
まれます。

## 走るトレーニング 個人がスポットをあびます



「ここは水たまり！」飛び越え方  
にも個性が光ります。

会員カードにスタンプを押して、「体操くらぶ」のスタートです。視覚的支援も充実し、活動に見通しが立ちます。



## サーキットトレーニング 動きの多様性を体感します



平均台の高さや幅など、それぞれ難易度の違うものを用意しているので、子供たちは自分で選んでゴールまで進んでいます。

## ボールの運動 自由に選択する楽しさや 技巧性を養います



途中の妨害を乗り越えてゴールします。どの種類のゴールにするか選ぶのも楽しそうです。



## パラバルーン 気持ちを整えます



みんながひとつになります。  
最後はゆっくり深呼吸。  
さわやかな笑顔です。

## サタデースクールってなに？

学校の御協力のもと、保護者が中心となり運営している『東京都立特別支援学校放課後子供教室推進事業(国庫事業)』です。ひの社会教育センターから講師をお招きし、「体操くらぶ」を実施しています。一緒に活動して下さる保護者の方・ボランティアの方を随時募集しています！



お問合せ  
サタデースクール事務局(新堀)  
hachiojinishi@gmail.com