

体育教室

ジャクパ・スポーツクラブのご案内



ホップ! ステップ!
ジャクパでジャンプ!

無料体験も
できるよ




育てます!! 未来に花咲く、小さな芽

「遊びの中から学べる」幼児教育メソッド 健やかな成長の土台をつくる

運動することで、
いろいろな効果があるんだね。

ジャクパ体育教室 4つのポイント



Point
1

体を強くする

抵抗力のある体づくりは、子どもたちの健康を守るうえで基礎となるもの。ジャクパ体育教室では、正しい指導のもと、子どもたちが飽きずに続けられるカリキュラムを実施。運動を楽しむうちに、自然に体力が身につきます。



Point
2

運動機能を高める

運動機能の低下は、転びやすい、けがをしやすいといった問題を引き起こします。平衡性、敏捷性といった能力が身につけていないと、叱咤の動きに対応できないのです。ジャクパ体育教室では、さまざまな運動を通して発育に必要な運動機能を総合的に高めます。



Point
3

心を育む

運動を継続することで粘り強さや積極性が生まれ、「できた!」という達成感が子どもたちの大きな自信になります。また、集団行動を通して、礼儀やマナーなど、社会性を身につけることができます。ジャクパ体育教室では、運動能力の向上だけでなく、豊かな人間性の育成を目指しています。

みんなで楽しく!



Point
4

脳を刺激する

近年、運動をすると脳の神経細胞が増え、脳内で情報交換をする時に必要な物質がたくさん出ることが分かってきました。授業前に運動することで成績が向上したという事例もあります。

ジャクパ体育教室のメリット

Merit
1

遊びを取り入れた楽しいカリキュラム。 好きになる、続けられる!

子どもたちが楽しみながら体を動かせる、遊びの要素を取り入れたカリキュラム。笑い声が絶えない教室の秘密は、ここにあります。



Merit
2

通い慣れた幼稚園・保育園で のびのび運動!

レッスンの場は、いつも通っている幼稚園や保育園。降園後、別の場所に移動する手間もなく、環境に敏感なお子さまも、安心してご参加いただけます。



Merit
3

指導員はすべて体操指導のプロ。 だから安心!

ジャクパの指導員は、体育理論を学んだ体操指導のプロフェッショナル。正しい指導を行うだけでなく、お子さまの安全にも充分配慮しています。



幼児期は発育の基礎となる大切な時期

○ 幼児期の運動が大切な理由

理由

1 吸収しやすい時期に 覚えたことは忘れない

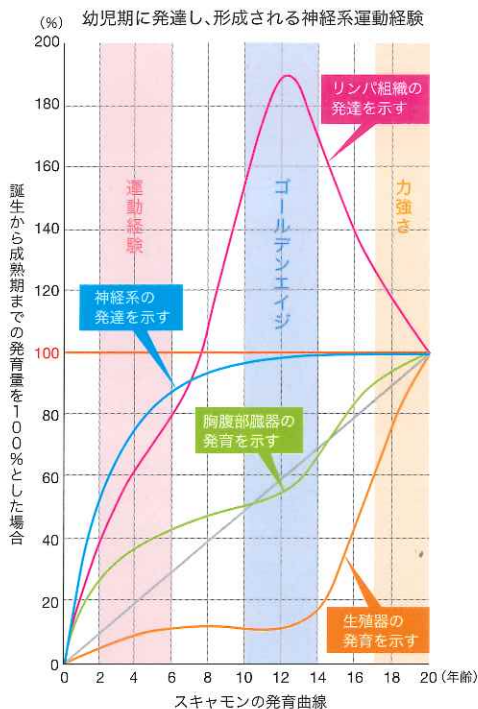
スカモンの発育曲線では、器用さやリズム感を担う神経系の成長(神経型)は、生まれてから4・5歳頃までで成人の80%近くにまで達することが示されています。よってこの時期に様々な運動経験することは非常に重要といえます。神経型は一度その経路が形成されるとなかなか消えません。いったん乗れるようになった自転車には、その後何年間も乗らなくても、再びスムーズに乗ることが出来たりするのがその一例です。

理由

2 幼児期の様々な運動経験は、 その後の体力や運動能力に 影響する

幼児期は、遊びや運動の中からたくさんの学びを吸収しやすい時期です。この時期に、生涯にわたって必要な運動の基となる基本的な動き(走る、跳ぶ、投げる等)を幅広く習得することが望ましいといえます。

また、近年子どもの体力低下が問題となっています。幼児期から運動に親しんでいると「身体を動かすこと=楽しいこと」という意識となり、その後も積極的に身体を動かすようになります。それが、長期的に見て体力向上にもつながっていくのです。



幼児期にできるだけ多くの運動を

ジャクバアドバイザースタッフ 田中 光

元アトランタオリンピック日本代表体操選手 / 全日本体操選手権大会 優勝 / 平行棒ヒカルエクスF 難度
流通経済大学教授 / 体操を通して心身共に強い子どもたちを育てたいと全国で活躍中。



体操はさまざまなスポーツの基本です。特に、幼児期に行う体操(幼児体育)は運動能力の向上につながる要素がふんだんに含まれています。

身体の発育発達期において、一定の運動量の確保と、バリエーション豊富な運動形態の学習は極めて重要なこと。身体を上手にコントロールする能力を高めるには、幼少期にできるだけ多くの運動を経験することが必要です。運動能力の発達を考えると、身のこなしがよく身体が軽い幼少期こそがもっとも適切だと考えられます。

現在は利便性の高い生活が実現し、私たち人間の運動量は格段に減少しています。その結果、自律神経系の機能が正常に動かないなど、運動不足が原因で発生する障害も数多く報告されています。

スポーツの原点とも言える体操を行い、心身ともに力強い子どもたちを育てていきたいものです。ジャクバは、子どもの成長を全力でサポートしています。

カリキュラム 笑顔いっぱい！ 体育教室のカリキュラム！

どんなレッスンが
待っているの？

ジャクパでは、子どもたちが楽しみながら運動できるカリキュラムを実施しています。
やさしいものから、順を追って高度なものへ。無理なくマスターできるから安心です。

カリキュラム一例

月	目的	年少・年中	年長	児童
4	集団行動	整列 あいさつ ものまねごっこ 鬼ごっこ	整列 あいさつ 鬼ごっこ	整列 二人組でのスタンプ 種々のリレー競争



年間行事 楽しいイベントもりだくさん！

ジャクパでは、年間を通してさまざまなイベントを行っています。
集団での行動や、違う環境での体験が、よりたくましい子どもを育てていきます。

いろんなことに
チャレンジ！

年間行事予定一例

春	4	▪ 友達づくり	
	5	▪ 基礎体力づくり	
	6	▪ 基礎体力づくり	
夏	7	▪ ハイキング	
	8	▪ 夏季野外教育活動 (キャンプ教室・ 自然体験教室)	
	9	▪ 親と子の健康づくり	

白州フォスターヴィレッジ

秋	10	▪ 運動会	
	11	▪ 体力測定	
	12	▪ 冬季野外教育活動 (スキー教室・スノーボード教室)	
冬	1	▪ 親と子の健康づくり	
	2		
	3	▪ 発表会 ▪ 春季野外教育活動 (スキー教室・スノーボード教室)	
春			



お問い合わせ先

株式会社 ジャクパ

本部(本館) 〒187-0041 東京都小平市美園町 1-7-14

TEL.042-345-6111 FAX.042-345-8088

ジャクパ 🔍 検索

