

運動神経は

遺伝じゃない!?

実は、運動神経は小学校までに

90%

が決まります!

体

育

教

室



体験受入中

一度あそびに来ませんか?

体育教室では、こんなことをやります!



マット運動



- ♪ 模倣運動 (基礎運動)
- ♪ 前まわり・後ろまわり
- ♪ フリッジ・バックフリッジ
- ♪ 逆立ち
- ♪ 側転
- ♪ ハンドスプリング
- ♪ バク転

♪ 模倣運動 (基礎運動)

- ♪ 前まわり
- ♪ 足抜きまわり
- ♪ 逆上がり
- ♪ 空中逆上がり
- ♪ 空中前まわり
- ♪ 足かけまわり



鉄棒運動

跳び箱運動



♪ 基礎動作 (ステップ)

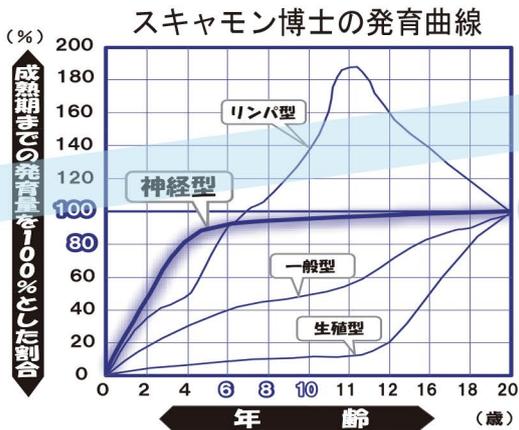
- ♪ 開脚とび
- * 学年に合わせた段数
- ♪ 台上前転
- ♪ 台上ハンドスプリング
- ♪ 開脚とび

運動神経の構築には

「幼児期」

が最も重要！？

それにはこんな要因が・・・！？



幼児期は「**神経系**」が最も発育する時期で、小学就入学前までに、成人の**約90%**まで発達する、非常に重要な時期なんじゃ！



スキャモン博士

だからこの時期に**多様な動き**を取り入れて、神経系に刺激を与えることが大切なわ！子どもの**将来**を左右する大事な時期なんだ...



お母さん

運動神経が伸びるとこんな効果が！

- ◆ 明るく元気で活発な子になる！
- ◆ 基礎体力がつき、身体が強くなる！
- ◆ 足が速くなる！
- ◆ 身のこなしがしなやかに器用になる！
- ◆ 運動に自信を持ち自己肯定感が育つ！
- ◆ チャレンジ精神が身につく！
- ◆ 大きなケガをしにくくなる！

だから、運動神経の開発には**【2歳～8歳】**までが重要なのです！

そして、クラブアルフィンにはなんと...

専属の「**理学療法士**」が、

カリキュラム作成に協力しています！

ぼくたち理学療法士が、みんなのからだを分析して、今一番足りていないものを見極めていくよ！担当の講師の先生とも連携をとって、いくから、グングン運動能力が伸びていくよ！



理学療法士ってなにをする人？

運動分析から根本改善のフロフェッショナル

理学療法士は、スポーツ現場での需要が高く、多くのプロチームでトレーナーとして活躍しています。スポーツ選手の動きや姿勢、身体のゆがみなどを分析し、問題となる箇所を改善することで、パフォーマンスを向上させることができます。また、ケガの原因となる動作を改善することにより、ケガを未然に予防することもできます。

アルフィンでは、医療機関に従事した経験を持つ、「医学的・科学的根拠」に基づいた確かな技術を持つ専属理学療法士によって、定期的に一人一人の身体を評価し、その子に最も必要なトレーニングを分析し、根本から身体を変えるサポートを行っていきます。

アルフィンの理学療法士はこんな人たちです！

山本 裕紀(やまもと ゆき)



安城市の八千代病院リハビリセンターで「運動器疾患の急性期」「外来リハビリ」「呼吸器・心臓リハ」の経験を経て、現在は子どもの教育支援や障がい児支援事業を展開中！

- ★好きなこと 「寝ること」
- ★好きな食べ物 「ラーメン」
- ★好きなテレビ 「イチッQ」

吉實 拓人(よしざね たくと)

- ★好きなこと 「旅」
- ★好きな食べ物 「ぶっちゃ」
- ★好きなスポーツ 「サッカー」

スポーツトレーナーとしての経験をj経て「山田病院リハビリテーション」「アガベクリニック」に理学療法士として8年勤務し、現在は子どもの身体作りの専門家として活躍中！



会場詳細

【安城市】
赤松町内会事務所2階ホール(月曜)
東栄コミュニティセンター(火曜)
安城市体育館(水曜)
高棚公民館(水曜・木曜)
カトー写真館(木曜)
小川公民館(金曜)

【豊川市】
豊川一宮(水曜)
【新城市】
本町公民館(月曜)
【三重朝日町】
朝日町体育館(火曜)

【岡崎市】
むらさきかん(金曜)

【半田市】
半田市体育館(水曜:発達支援)

練習日・場所などお気軽にお問合せください！

申込方法

★①か②どちらかの方法でお申込みください

- ① 電話から申込み
下記電話番号におかけください。
- ② 「専用フォーム」から申込み
右記QRコードからお申し込みください。



特定非営利活動法人アルフィン

TEL(070)5331-2271

「コーディネーショントレーニング」

運動神経を構築する「7つの要素」

自分のお子さまが「運動神経がいい」にこしたことはありませんよね？近年では、この運動神経のことを「コーディネーション能力」と呼びます。スポーツをする時、身体は複雑な能力が組み合わさって動いています。幼いうちから、これらの能力を身につけておくことで、将来的に運動神経を伸ばすことができます。

