

	通年総合クラス 明治神宮教室・大井町教室・高田馬場教室・桜木町教室	講習会(夏期・直前) 各教室にて実施	直前講座・宿泊合宿 ※体育館使用
12月	●お受験体操の基礎学習 [新年度] (先生との信頼関係の構築)		
1月	●お受験の基本姿勢の定着 [新年度] (線を守る・返事・待ちの姿勢)		
2月			
3月	●基礎運動強化		
4月	・動物歩き、マット、バランス、メリハリのある動き、お返事		
5月	●技術強化 ～基礎運動から発展へ～ ・ボール、ゴム段など道具を使ったコーディネーション能力の強化 ・指示行動、記憶のinput/outputのスピード強化		
6月	●技術強化 ～基礎運動から発展へ～ ・ボール、ゴム段など道具を使ったコーディネーション能力の強化 ・指示行動、記憶のinput/outputのスピード強化 ・指示行動、音楽に合わせた模倣ダンス練習		
7月	●技術強化 ・ボール、ゴム段など道具を使ったコーディネーション能力の強化 ・指示行動、記憶のinput/outputのスピード強化 ・指示行動、音楽に合わせた模倣ダンス練習	●種目別特訓 模倣体操 & 模倣ダンス特訓、跳び箱跳びのり・マット特訓、動物歩き特訓、ゴム段特訓、バランス・筋力強化特訓、ボール投げ特訓、ボール突き特訓、お受験ステップ特訓 (内容) ・指示行動 (記憶・メリハリのある動き・総合力・応用力の強化) ・ボール運動 (投げ上げキャッチ・遠投・ボールつきなど) ・模倣体操・模倣ダンス (対面しての体操・指の屈伸・記憶・記憶の呼び戻し) ●各学校の過去問講習会 (慶應幼稚舎・慶應横浜初等部・暁星)	※50名限定 ●2泊3日 宿泊合宿 宿泊場所:小野学園 山中湖セミナーハウス 集団での宿泊体験を通じて、協調性や協力する精神を学び、お受験に向けて立ち向かう精神と知力を養う。
8月	●自信と自覚を育む ・ボール、指示行動などをテスト形式や記録にこだわり、目標を達成させ、たくさんの成功体験を積みまます		
9月			●入試(私立)直前対策講座 <講座内容> ・連続指示サーキット ・模倣ダンス & 模倣特訓 ・ボール投げ & ドリブル特訓 ※小学校の体育館を使用し、本場により近い環境での入試対策講座を実施
10月	●まとめ [年長クラス修了] 指示行動・過去問に沿った、本番を想定した内容		
11月		●慶應幼稚舎横浜初等部 連続指示サーキット特訓(指示行動) ●国立学芸大附属 竹早・世田谷・大泉・小金井小学校特訓 (指示行動) ●国立筑波クマ歩き特訓 クマ歩き・鉄棒ぶら下がり(指示行動)	●入試直前(国立)対策講座 <講座内容> ・クマ歩き特訓 ・鉄棒ぶら下がり ※小学校の体育館を使用し、本場により近い環境での入試対策講座を実施

お受験体操 年間カリキュラム

2016年11月5日改訂

	暁星特訓クラス 明治神宮教室・大井町教室・高田馬場教室	慶応特訓クラス 明治神宮教室・大井町教室・高田馬場教室	成蹊特訓クラス 明治神宮教室・高田馬場教室	女子校特訓クラス 明治神宮教室
12月	●お受験体操の基礎学習 [新年度] (先生との信頼関係の構築)	●お受験体操の基礎学習 [新年度] (先生との信頼関係の構築)	●お受験体操の基礎学習 [新年度] (先生との信頼関係の構築)	●お受験体操の基礎学習 [新年度] (先生との信頼関係の構築)
1月	●お受験の基本姿勢の定着 [新年度] (線を守る・返事・待ちの姿勢)	●お受験の基本姿勢の定着 [新年度] (線を守る・返事・待ちの姿勢)	●お受験の基本姿勢の定着 [新年度] (線を守る・返事・待ちの姿勢)	～基本の定着～ * 規則・マナーの習慣づくり * 動かしやすい体づくり
2月				●お受験の基本姿勢の定着 [新年度](通年) (線を守る・返事・待ちの姿勢) ●準備体操・体幹トレーニング(通年) ●基礎運動(基礎) かけっこ・なわとび・動物歩き・ステップ・バランス
3月	～基本の定着～ ●基礎運動強化(基本) ・グージャンプ、ケンケン、メリハリのある動き ●ボール運動(基本) ・あげパン、ボールつき、ドリブル、ボール投げ(遠投)	～基本の定着～ ●基礎運動強化(基本) ・動物歩き、マット、バランス、メリハリのある動き ●指示行動、記憶のinput/output ・簡単な連続指示行動 ●サーキットトレーニング(導入)	～基本の定着～ ●基礎運動強化(基本) ・動物歩き、マット、バランス、メリハリのある動き ●指示行動、記憶のinput/output ・簡単な連続指示行動 ●特殊な動きへの対応力強化(導入)	～基本の確認及び技術向上～ * 基礎・基本の徹底 * 各種目の技術力の向上
4月				●基礎運動(基本) かけっこ・なわとび・動物歩き・ステップ・バランス ●ボール運動(基本) 付く・投げる・取るの一連の動作 ●ゴム段跳び(基本) 跳ぶ・くぐるの一連の動作 ●平均台(基本) 渡る・回るなど一連の動作 ●連続運動(基本) 指示による連続運動 ●集団による運動(基本) 一斉運動・ゲーム
5月	～自信と自覚を育む～ ●実践・挑戦 ・ボール、指示行動などをテスト形式や記録にこだわり、目標を達成させ、たくさんの成功体験を積みまします。 ●基礎運動(基本) かけっこ・なわとび ●ボール運動(基本) 付く・投げる・取るの一連の動作 ●サーキット(基本) 指示による連続運動 ●リズム・模倣ダンス(基本) リズムをとる、真似をするの一連の動作 ●集団による運動(基本) 一斉運動・ゲーム	～自信と自覚を育む～ ●実践・挑戦 ・サーキット、連続指示行動などをテスト形式や記録にこだわり、目標を達成させ、たくさんの成功体験を積みまします ●基礎運動(基本) かけっこ・なわとび・動物歩き・ステップ・バランス ●ボール運動(基本) 付く・投げる・取るの一連の動作 ●ゴム段跳び(基本) 跳ぶ・くぐるの一連の動作 ●平均台(基本) 渡る・回るなど一連の動作 ●サーキット(基本) 指示による連続運動 ●集団による運動(基本) 一斉運動・ゲーム	～自信と自覚を育む～ ●実践・挑戦 ・サーキット、連続指示行動などをテスト形式や記録にこだわり、目標を達成させ、たくさんの成功体験を積みまします ●基礎運動(基本) かけっこ・なわとび・動物歩き・ステップ・バランス ●ボール運動(基本) 付く・投げる・取るの一連の動作 ●ゴム段跳び(基本) 跳ぶ・くぐるの一連の動作 ●特殊な動きへの対応力強化(基本) 反復横跳び・立ち幅跳び・身体支持など ●集団による運動(基本) 一斉運動・ゲーム	●基礎運動(基本) かけっこ・なわとび・動物歩き・ステップ・バランス ●ボール運動(基本) 付く・投げる・取るの一連の動作 ●ゴム段跳び(基本) 跳ぶ・くぐるの一連の動作 ●平均台(基本) 渡る・回るなど一連の動作 ●連続運動(基本) 指示による連続運動 ●集団による運動(基本) 一斉運動・ゲーム
6月	～自信と自覚を育む～ ●実践・挑戦 ・ボール、指示行動などをテスト形式や記録にこだわり、目標を達成させ、たくさんの成功体験を積みまします。 ●基礎運動(基本) かけっこ・なわとび ●ボール運動(基本) 付く・投げる・取るの一連の動作 ●サーキット(基本) 指示による連続運動 ●リズム・模倣ダンス(基本) リズムをとる、真似をするの一連の動作 ●集団による運動(基本) 一斉運動・ゲーム	～自信と自覚を育む～ ●実践・挑戦 ・サーキット、連続指示行動などをテスト形式や記録にこだわり、目標を達成させ、たくさんの成功体験を積みまします ●基礎運動(基本) かけっこ・なわとび・動物歩き・ステップ・バランス ●ボール運動(基本) 付く・投げる・取るの一連の動作 ●ゴム段跳び(基本) 跳ぶ・くぐるの一連の動作 ●平均台(基本) 渡る・回るなど一連の動作 ●サーキット(基本) 指示による連続運動 ●集団による運動(基本) 一斉運動・ゲーム	～自信と自覚を育む～ ●実践・挑戦 ・サーキット、連続指示行動などをテスト形式や記録にこだわり、目標を達成させ、たくさんの成功体験を積みまします ●基礎運動(基本) かけっこ・なわとび・動物歩き・ステップ・バランス ●ボール運動(基本) 付く・投げる・取るの一連の動作 ●ゴム段跳び(基本) 跳ぶ・くぐるの一連の動作 ●特殊な動きへの対応力強化(基本) 反復横跳び・立ち幅跳び・身体支持など ●集団による運動(基本) 一斉運動・ゲーム	●基礎運動(基本) かけっこ・なわとび・動物歩き・ステップ・バランス ●ボール運動(基本) 付く・投げる・取るの一連の動作 ●ゴム段跳び(基本) 跳ぶ・くぐるの一連の動作 ●平均台(基本) 渡る・回るなど一連の動作 ●連続運動(基本) 指示による連続運動 ●集団による運動(基本) 一斉運動・ゲーム
7月				●基礎運動(基本) かけっこ・なわとび・動物歩き・ステップ・バランス ●ボール運動(基本) 付く・投げる・取るの一連の動作 ●ゴム段跳び(基本) 跳ぶ・くぐるの一連の動作 ●平均台(基本) 渡る・回るなど一連の動作 ●連続運動(基本) 指示による連続運動 ●集団による運動(基本) 一斉運動・ゲーム
8月	～自信と自覚を育む～ ●実践・挑戦 ・ボール、指示行動などをテスト形式や記録にこだわり、目標を達成させ、たくさんの成功体験を積みまします。 ●基礎運動(応用) かけっこ・なわとび ●ボール運動(応用) 付く・投げる・取るの一連の動作 ●サーキット(応用) 指示による連続運動 ●リズム・模倣ダンス(応用) リズムをとる、真似をするの一連の動作 ●集団による運動(応用) 一斉運動・ゲーム	～自信と自覚を育む～ ●実践・挑戦 ・サーキット、連続指示行動などをテスト形式や記録にこだわり、目標を達成させ、たくさんの成功体験を積みまします ●基礎運動(応用) かけっこ・なわとび・動物歩き・ステップ・バランス ●ボール運動(応用) 付く・投げる・取るの一連の動作 ●ゴム段跳び(応用) 跳ぶ・くぐるの一連の動作 ●平均台(応用) 渡る・回るなど一連の動作 ●サーキット(応用) 指示による連続運動 ●集団による運動(応用) 一斉運動・ゲーム	～自信と自覚を育む～ ●実践・挑戦 ・サーキット、連続指示行動などをテスト形式や記録にこだわり、目標を達成させ、たくさんの成功体験を積みまします ●基礎運動(応用) かけっこ・なわとび・動物歩き・ステップ・バランス ●ボール運動(応用) 付く・投げる・取るの一連の動作 ●ゴム段跳び(応用) 跳ぶ・くぐるの一連の動作 ●特殊な動きへの対応力強化(発展) 反復横跳び・立ち幅跳び・身体支持など ●集団による運動(応用) 一斉運動・ゲーム	～自信と自覚を育む～ * 指示行動、記憶のinput/outputのスピード強化 * 集団での対応能力の強化(協調性) ●基礎運動(応用) かけっこ・なわとび・動物歩き・ステップ・バランス ●ボール運動(応用) 付く・投げる・取るの一連の動作 ●ゴム段跳び(応用) 跳ぶ・くぐるの一連の動作 ●平均台(応用) 渡る・回るなど一連の動作 ●連続運動(応用) 指示による連続運動 ●集団による運動(応用) 一斉運動・ゲーム
9月	～自信と自覚を育む～ ●実践・挑戦 ・サーキット、連続指示行動などをテスト形式や記録にこだわり、目標を達成させ、たくさんの成功体験を積みまします。 ●基礎運動(応用) かけっこ・なわとび ●ボール運動(応用) 付く・投げる・取るの一連の動作 ●サーキット(応用) 指示による連続運動 ●リズム・模倣ダンス(応用) リズムをとる、真似をするの一連の動作 ●集団による運動(応用) 一斉運動・ゲーム	～自信と自覚を育む～ ●実践・挑戦 ・サーキット、連続指示行動などをテスト形式や記録にこだわり、目標を達成させ、たくさんの成功体験を積みまします ●基礎運動(応用) かけっこ・なわとび・動物歩き・ステップ・バランス ●ボール運動(応用) 付く・投げる・取るの一連の動作 ●ゴム段跳び(応用) 跳ぶ・くぐるの一連の動作 ●平均台(応用) 渡る・回るなど一連の動作 ●サーキット(応用) 指示による連続運動 ●集団による運動(応用) 一斉運動・ゲーム	～自信と自覚を育む～ ●実践・挑戦 ・サーキット、連続指示行動などをテスト形式や記録にこだわり、目標を達成させ、たくさんの成功体験を積みまします ●基礎運動(応用) かけっこ・なわとび・動物歩き・ステップ・バランス ●ボール運動(応用) 付く・投げる・取るの一連の動作 ●ゴム段跳び(応用) 跳ぶ・くぐるの一連の動作 ●特殊な動きへの対応力強化(発展) 反復横跳び・立ち幅跳び・身体支持など ●集団による運動(応用) 一斉運動・ゲーム	～自信と自覚を育む～ ●基礎運動(応用) かけっこ・なわとび・動物歩き・ステップ・バランス ●ボール運動(応用) 付く・投げる・取るの一連の動作 ●ゴム段跳び(応用) 跳ぶ・くぐるの一連の動作 ●平均台(応用) 渡る・回るなど一連の動作 ●連続運動(応用) 指示による連続運動 ●集団による運動(応用) 一斉運動・ゲーム
10月	●まとめ [暁星クラス修了] 指示行動・過去問に沿った、本番を想定した内容	●まとめ [慶応クラス修了] 指示行動・過去問に沿った、本番を想定した内容	●まとめ [成蹊クラス修了] 指示行動・過去問に沿った、本番を想定した内容	●まとめ [女子校クラス修了] 指示行動・過去問に沿った、本番を想定した内容