


# スタートライン新聞

2017年4月 刊行

facebookで

体育指導のスタートラインを検索して「いいね！」をしてください。

野外教室の開催状況や、イベントの様子が見られますよ！

 いいね！

ホームページはこちらから！！



☆いよいよ新学期！

より良い一年を  
過ごすために☆

皆様、いつもスタートライン新聞をご愛読頂き有難うございます！

暖かい日も増え、花粉の猛威に襲われることもしばしば…。陽気はすっかり春ですね！春と言えば、出会いの季節でもあり、新しいことを始めるにもピッタリです。子どもたちは、期待で胸がいっぱいなことでしよう！

新学期となると、「一年間どう過ごそう」、「目標はどうやってたてようかな」など、様々な思いがあふれてきますよね！今回はそんな皆さんと共に、目標の立て方やその基準について考えていきたいと思います！

そもそも、学習やスポーツなどの活動においてお子さまに目標を立てさせるのは、モチベーションを高めるためにとっても有効な方法です。または、未就学など自分で目標を設定することが難しい場合は、家族と一緒に目標を立てても良いですね。

しかし、せっかく立てた目標でもなかなか達成できないと、マイナスイメージがついたり、目標としていたものを嫌いになってしまいかもしれません。そこで大事なのが、

『小さな目標で、大きな自信を！』

例えば、「かけっこで一番になりたい」という大きな目標がある場合、ポイントは「どうすればかけっこで一番になれるか」を子ども自身が考え、さらに小さい目標立てることです。

かけっこで一番になるには、走るタイムを少しずつあげなければいけません。そのために腕振り30回、ももあげ50回など、毎日できることを「小さな目標」として掲げ、上手にできるようになったら、次の目標を設定します。



かけっこで一番になりたい！

そうすることで、「できた！」という達成感を積み重ねることができ、自信をつけるものになります！そうやって、徐々に大きな目標を達成していくことが一番の方法です。

また、基準の設定ですが、ここは、お子様の年齢や能力に合わせてる事が大切です。あまり基準を高くしてしまうと、子ども達が本来の能力を発揮することができなくなってしまいます。ご家族でよく話し合うことが重要ですね！

さあ、これから希望に満ちた新学期の始まりです。楽しみながら、目標達成にむかってコツコツと頑張っていきましょう！

『春の運動会に向けて……目指せかけっこマスター！』

皆さん、今年もやって参りました！春のかけっこシーズン。現在、かけっこ教室には春の運動会にむけて、すでに多くのお客様がお申込みされており、既に戦いは始まっています。その中でも、多くのお客様の声にお応えして、ついに、あの「かけっこマスター」が、平日開講されることが決定いたしました！

詳細はこちら→

## 『平日かけっこマスター』

- 日程：毎週木曜日
- 時間：①16:00-17:00 小学校1年生～4年生  
②17:30-18:30 小学校3年生から6年生
- 料金：3,980円
- 場所：千駄ヶ谷 東京体育館

4月開講！

目指せ、かけっこマスター！！！！



皆様のたくさんのご予約お待ちしております！



体育指導の  
スタートライン

http://start-line.net

有限会社 WIN AGENT  
〒142-0042 東京都品川区豊町4丁目19番10号  
Mail: info@start-line.net

TEL: 03-3788-9322

ACTIVE SMILE

アクティブ スマイル