

都営三田線「志村三丁目駅」降りて徒歩6分
ウィングートトレーニングセンターにて開催！

週7日・全29クラス開催中！



グーグルマップはコチラ >

MIX クラス

ラントレニング 体育種目 トランポリン

体育種目+「走る」動きと
トランポリントレーニングを取り入れた60分クラス

月曜日	時間/対象	定員	担当
月曜日	① 16:30~17:30 (小学生) ② 17:40~18:40 (小学生)	① 16名 ② 16名	佐藤智佳 菊本雄大
火曜日	① 16:00~17:00 (年中長) ② 17:10~18:10 (小学生) ③ 19:00~19:45 (中学生総合運動)	① 12名 ② 16名 ③ 10名	山田義基 佐々木美紀
水曜日	① 16:00~17:00 (小学生) ② 17:10~18:10 (小学生) ③ 18:20~19:20 (小学生)	① 16名 ② 16名 ③ 16名	山田義基 田上翔太
木曜日	① 16:00~17:00 (年中長) ② 17:10~18:10 (小学生) ③ 18:20~19:20 (小学生)	① 12名 ② 16名 ③ 16名	佐藤智佳 菊本雄大
金曜日	① 16:30~17:30 (小学生) ② 17:40~18:40 (小学生) ③ 19:00~19:45 (中学生フィジカル)	① 16名 ② 16名 ③ 10名	三戸裕昭 山田義基
土曜日	① 08:00~09:00 (小学生) ② 09:10~10:10 (小学生) ③ 10:35~11:20 (年少) ※45分 ④ 11:30~12:30 (年中長) ⑤ 13:00~14:00 (年中長) ⑥ 14:10~15:10 (小学生) ⑦ 15:20~16:20 (小学生) ⑧ 16:30~17:30 (小学生中上級) ⑨ 17:40~18:40 (小学生)	① 16名 ② 16名 ③ 8名 ④ 12名 ⑤ 12名 ⑥ 16名 ⑦ 16名 ⑧ 16名 ⑨ 16名	遠山亜希子 田上翔太 三戸裕昭 山田義基 佐々木美紀
日曜日	① 08:50~09:50 (年中長) ② 10:00~11:00 (年中長) ③ 11:10~12:10 (小学生) ④ 12:20~13:20 (小学生) ⑤ 16:00~17:00 (小学生)	① 12名 ② 12名 ③ 16名 ④ 16名 ⑤ 16名	山田義基 佐々木美紀

子どもたちは生まれた年によって学年別に分けられますが、生まれた月やその子の育つ環境によって発育状況も大きく変わります。そのため、従来のように学年でひとくくりと考えすぎず、その子の現在の発育・発達状況や普段の運動習慣などを柔軟に考慮して運動指導を行います。運動が苦手な子は運動が好きになるように、運動が得意な子はさらにその能力を伸ばせるように多種多様な運動をプログラムに取り入れています。

“運動”を通して育まれる力は運動能力のみならず、いざという時にチャレンジする強さ、小さな成功体験の積み重ねによる自信・感動する心など、豊かな人間力を養う環境としても重視しているので、技術的な指導のみならず、教育的な指導も心がけています。

また、トレーナー全員が下記のような行動指針を掲げて指導にあたります。



Wingate kids 「TEAM」

ウィングートキッズは子どもたちにとってこのような場所であるよう心がけます



TRY

ひとりひとりのチャレンジを大切にします

ENJOY

楽しく身体を動かす時間を提供します

ACTIVE

自分で考え行動する意思を尊重します

MOVE

トレーナーひとりひとりが心のやり取りを大事にした活動を行います

●技術的な指導

多種多様な運動、コーディネーショントレーニング、体育種目を指導します。

同じクラスの中でも個々の発育・発達状況や現在の運動能力によって、個別で与える課題や指導方法を変えるなどの工夫をします。



●教育的な指導

「TEAM」の考えを基に、課題を達成することだけを目的とせず楽しく多種多様な運動を経験できるようにすること、自発的に考えて行動・挑戦できるような環境の提供も目的としています。



時間	各セッション	内容
0～15	準備運動	大きな関節、筋肉をしっかり動かして身体を温め、身体と心の準備を整えます
15～35	月別種目	月替わりのテーマ【ラン運動、マット運動、跳び箱運動、鉄棒運動、ボール運動】を年間通して満遍なく行います
35～55	トランポリン トレーニング	大きなトランポリンを使った運動を行います ジャンプ、空中感覚、空中での身のこなしなどを経験します
55～60	整理体操	成長期のお子さまに最低限必要な柔軟性を獲得するための ストレッチを行います

フィジカルリテラシーに着目

●2022年にスポーツ庁が発表したスポーツ基本計画（第三期）にもその文言が登場した「フィジカルリテラシー」というフレーズは、健康になるには

「運動」の領域だけではなく、「知識・理解」「心理（モチベーション）」

「社会性（コミュニケーション）」の3領域も必要である、というものです。

弊社キッズスクールでは「身体的」「知識・理解」「心理」「社会性」を関連させる事で、子どもだけでなく、親のフィジカルリテラシーも高めることで子どもの運動能力向上を目指しています。

※保護者のフィジカルリテラシーが高いほど、子どもの運動機会が多いと研究で証明されています。

身体能力

- ・ 運動習慣
- ・ 様々な運動体験

心理

- ・ 運動意欲
- ・ 有能感

知識・理解

- ・ 運動方法
- ・ 健康知識

社会性

- ・ 家族、他者との
コミュニケーション