

# 未就学児運動教室

今しかできない。子どもの発育発達に必要な運動をやらせたいお母さんへ！

ドイツで生まれた協調性を高める専門的な運動教室なので、子どもが帰宅後に「これ、できたよ！」と笑顔で話し出す時間をお楽しみください。

小児のタイミングを逃すと、そのあと協調運動（神経）はあまり伸びません！

コロナ禍で外出自粛が長く続き、子どもたちの運動不足に拍車がかかっています。それだけでなく、昨今の子どもたちはゲームやYouTubeなどで運動不足気味。

そこで、幼稚園の園庭開放を使って、日頃の運動不足を楽しく解消しませんか？

届け手先や運動が不器用な子に

岩手初の運動療育で

脳や協調性を育む

7ステップ 「コーディネーショントレーニング」をやってみませんか？

考案 株式会社 CREDO 代表取締役 山門 武志

こんにちは、（株）CREDO代表の山門武志です。

CREDOは、児童発達支援管理責任者から保育士、トレーナーの仲間と共に力を合わせ、多くの子どもたちに運動遊び・感覚遊びを、主に放課後等デイサービスで教えています。

コロナ禍の2020年に盛岡市月が丘に運動療育型児童デイサービスCREDOをオープン。そして新聞等でも取り上げられました。2022年は、本格的に園庭開放で未就学児に、そして専大北上幼稚園の子どもたちへの指導がスタートします。岩手中の子どもたちが、発達・成長のために欠かせない運動遊びや感覚遊びを日常的に受けられるために。現在広がる情報や指導環境の格差を、「私たちにしかできない強み」でなくしたい。私たちCREDOの思いです。

# 7ステップ

コーディネーショントレーニングとは、縄跳びを倒に取ると、  
 "リズムよく跳び続ける""手と足の協調性の良さ""ジャンプするタイミングや幅を回  
 すスピードの調整"などといった、状況を目や耳などの五感で察知→頭で判断→筋肉を  
 動かす一連の動きをスムーズに行うなどの能力（コーディネーション能力）を高め  
 るための運動方法です。  
 つまり、体育やすべてのスポーツの架け橋となるトレーニングだと言われています。



ちょっと  
難しい!

動きを素早く切り替える力。



もっとやりたい!

身体の動きをタイミングよく回頭させる力。



ボールなどの動作を巧みに扱う力。



合図や相手の動きに素早く反応する力。



動作中の全身のバランスを保つ力。



楽しい!

リズムよく身体を動かす力。



気持ちい〜♪

自分や周囲の人やものとの位置関係を正確に把握する力。