

# にじいろ教室 「ヨガ&ダンス」 参加者募集

「にじいろ教室」は、発達に偏りや、課題を抱えながらも主に通常学級または支援学級でがんばるお子さんのためのプログラムです。

「ヨガ&ダンス」教室では、身体感覚を高める、気持ちを体で表現する、仲間と協力してひとつのものを作り上げる喜びを知ることを目標とし、毎月1回土曜日に活動しています。

身体を動かすことが大好き

小集団の中で、気兼ねなく安心して過ごしたい…

ダンスには興味があるけど、うまくできなくて苦手… そんなお子さんにおすすめです。

好きなことの幅を広げ、新しいことに挑戦するみなさんを応援します。

## 活動の様子…

- ◇ 教室の初めに、ヨガで穏やかにボディイメージを意識しながら、気持ちを整え集中します。
- ◇ NHK(Eテレ)で人気の「EXダンス」「パプリカ」に少しずつチャレンジしています。左右を意識するなど、できることを増やしています。
- ◇ 子どもたちが表現したい振りやポーズを出し合い、ストーリー仕立ての創作ダンスを作ります。 etc…

プロのダンス講師の指導のもと、キッズガーデンの療育スタッフが支援しながら活動しています。

対象……原則として療育手帳をお持ちでないお子さん(小学1~6年生)

活動日…月1回 土曜日 14:30~15:30(1時間)

料金……年間登録料 1,500円 (スポーツ安全保険加入料含む)

参加費 2,000円/1回

場所……東京YWCA板橋センター



公益財団法人東京YWCA 東京YWCAキッズガーデン

〒174-0043 板橋区坂下 1-34-25 東京YWCA 板橋センター

Tel 03-5914-1854 Fax 03-5914-1852

E-mail: itabashi@tokyo.ywca.or.jp

URL: <https://www.tokyo.ywca.or.jp/>

