

※小田急線 相模大野駅より大野台経由相模原駅南口行バス「和泉短大前」下車 徒歩2分
※JR横浜線 淵野辺駅より青葉循環バス「和泉短大前」下車 徒歩2分

【対面開催】一緒に歌って、遊んで、笑って、そしてちょっぴり科学的に!?楽しい時間を過ごしていきましょう!!

初回授業では、“身体活動”が「心」と「からだ」と「脳」に良い影響を及ぼす理論をお伝えしていきます。毎回、この理論をもとにして、みんなで歌って、遊んで、笑って、ちょっぴり科学的な要素も入れ、楽しみながら取り組んでいきましょう。

運動の苦手な方も大歓迎です!!体力・運動能力向上よりも、からだを操る楽しみを実感しながら過ごしていきましょう。

【受講料】 1,300円

【受講料以外の費用】 なし

【時間・場所・定員】

- 9:30~11:00
- 4号館 リトミック室
- 定員12名

【その他】

- 軽中程度の強度の運動を実施します。数回連続して、椅子に腰かけたり、立ったりする程度の運動に問題がない方を対象とします。
- 動きやすい服装と靴でお越しく下さい。
- 持ち物：水分補給用の飲み物・汗拭きタオル
- 体調管理も含めて、良い準備をして臨んでください。お待ちしております。
- 車でのご来校はご遠慮ください。

【講師】 児童福祉学科 助教 中山 恭一

【開講日と内容】 (全3回)

- ①7月 5日(金)
理論：身体活動が及ぼす影響について
一緒に歌って、遊んで、笑って、そしてちょっぴり科学的に!?楽しい時間を過ごしていきましょう!! (1)
- ②7月12日(金)
一緒に歌って、遊んで、笑って、そしてちょっぴり科学的に!?楽しい時間を過ごしていきましょう!! (2)
- ③7月19日(金)
一緒に歌って、遊んで、笑って、そしてちょっぴり科学的に!?楽しい時間を過ごしていきましょう!! (3)