



実践学園

AC スクール

Athletics and Culture School

受講生募集



12/5 (土)

① 16:00～
② 17:30～
(卓球は18:00～)

◇開催場所:実践学園中野校舎
◇対象:小学校4年生～6年生
◇参加費:無料

実践学園では、日頃お世話になっている地域の小学生の皆さん対象に、サッカー・バスケットボールなどの「スポーツ」と、英会話・ハンドメイドクラフトなどの「文化体験」のスクールを開校し、今回で10回目を迎えました！
今年はコロナ禍で色々なイベントが中止になっていることも多いかと思いますが、「今だからできること」を大切に、感染症対策をしっかりと行い、ACスクールを開催したいと思っております。
皆さまのご参加をお待ちしております。 (写真はこれまでに実施した講座の様子です。)



お申込みは実践学園ホームページまで

URL: <https://www.jissengakuen-h.ed.jp/>



◆実践学園は地域に知的コミュニティー空間を創造します◆

ウイルス退散!!
スタッフみんなで対策しています!

- 1 マスクの着用
- 2 手洗いとうがい
- 3 検温
- 4 室内の消毒
- 5 定期的な換気

対策中です!
手洗いと咳エチケット
ご協力お願いいたします



① 16:00~17:15の実施講座内容

		講座名	内容	持ち物、注意事項	定員	
1	スポーツ	軟式野球	野球の基本動作を学ぼう	キャッチボール、トスバッティングなどを通して、野球をする上での基本的な動作を確認していきます。初心者の方も大歓迎です。	運動できる服装、外履きでお越しください。ご自身で使っているグローブ・バットがある際にはお持ちください。	10名
2		バドミントン	『ネット前を制する者はシングルスを制する!《実践編》』	前回の内容を基にネット前からの様々なストロークに練習にチャレンジしてもらいます。	運動できる服装、室内履きを持参してください。ご自身で使っているラケットがある際にはお持ちください。	20名
3	文化	手芸	ハートのサシェ(匂い袋)を作ろう	2色のフェルトを使って、ハートのサシェ(匂い袋)を作ります。クリスマスカラーや好きな色で、楽しく作りましょう!	特にありません。材料と道具はこちらで準備します。	10名
4		芸術	和太鼓(特別企画)	躍動感のある伝統曲をやってみましょう! 3密を避けるため少人数での講座となっております。	動きやすい服装、室内履き、タオル、水分補給のできるもの(フタが付いているもの)	5名
5		工作	ワンダーミラーボックスを作ろう	合わせ鏡の原理を利用した不思議な世界を体験しよう!!	特にありません。材料と道具はこちらで準備します。	10名
6		音楽	簡単発声の基礎講座(オンライン)	参加希望の方には、15分の動画配信をいたします。次回は個人指導をしますので入門編です。歌うまになりたい人、必見です!	特にありません。	なし

② 17:30~19:30の実施講座内容 (卓球は18:00開始) (サッカーは19:00まで)

		講座名	内容	持ち物	定員	
1	スポーツ	サッカー	サッカーにおける「3つの優位性」	選手、コーチたちとコミュニケーションを取りながら「3つの優位性」についてトレーニングを行います。 ※悪天候の場合、室内で行います。	シューズ(スパイク不可)、ドリンク、ウェア、すねあて ※ボールはこちらで用意します。 ※防寒対策をしたうえでお越しください。	20名
2		バスケットボール	「ドリブル3つの高さ」と「後出しジャンケン」	5・6年生の男女、経験者を対象にした講座です。	バスケットボールシューズ ドリンク、ウェア	5名
3		卓球	卓球「基礎&実戦」	初心者の方には楽しく基礎スキルを身に付け、経験者の方には実戦形式で卓球を楽しんで頂ける講座となります。	ラケット、シューズ、ウェア、ドリンク ※ボールはこちらで用意します。 ※ラケットをお持ちでない方は貸出いたします。	10名



実践学園中学・高等学校

〒164-0011 東京都中野区中央2-34-2

Tel.03-3371-5268 fax03-3363-8396

URL <https://www.jissengakuen-h.ed.jp/>

【ご参加にあたっての注意事項】

- ・詳細は、本校ホームページをご覧ください。
- ・ご都合により欠席される場合は、当日までに左記連絡先までご連絡ください。
- ・講座により、定員に達した場合、申込締切日前にお申込の受付を終了する場合がございます。
- ・各講座の実施会場につきましては、当日担当がご案内いたします。
- ・講座への参加中に、ご自分の体調が不良と感じたときは担当講師、もしくはスタッフまでお申し出ください。当日は、水分補給ができるよう、各自飲み物のご用意をお願いいたします。
- ・新型コロナ感染予防のため、講座参加の1週間前より検温等の体調管理をお願いします。体調がすぐれない場合には、参加を見合わせていただきますようお願いいたします。なお、当日は正門にてサーモグラフィーによる体温チェックと、手指のアルコール消毒をお願いいたします。マスクについては、講座中は担当者の指示に従っていただき、それ以外は着用をお願いいたします。
- ・安全対策には万全を心がけ、万が一の事故の際の応急措置は行いますが、それ以上の責任は負いかねますのでご了承ください。その後の通院・治療費は各自をお願いいたします。できましたらスポーツ保険等にご加入されてからのご参加をお勧めいたします。
- ・駐車場はございませんので、お車でのご来校はご遠慮ください。(自転車での来校は可能です)
- ・お申込みで得た個人情報は厳正に管理いたします。
- ・その他ご質問等がございましたら、左記連絡先にご連絡いただくか、もしくは本校ホームページ「お問い合わせフォーム」をご利用ください。