

走る！蹴る！跳ぶ！投げる！

いろいろなスポーツが体験できる



# 放課後スポーツ広場

開催日 4月～3月の 第2、4水曜日

(8月除く 計18回)

開催時間 15:45～17:10

場所 南部町民体育館 (南部町法勝寺)

内容 基礎運動 (毎回)

専門運動 各回ごとに陸上、サッカー、野球、  
バスケットボール、なわとび、バドミントン、  
レクリエーション等を予定

対象 新小学1年生～新4年生 定員 30名 (先着順)

参加費 裏面でご確認ください

その他 原則通年参加となります



スポnetなんぶ会員への入会が必要となります

「南部町総合福祉センターいこい荘」発着の無料送迎バスもあります



## 運動神経の良さって？

「遺伝よりも生活環境に左右される」ってご存知でしたか？そもそも運動神経とは、脳から身体中の筋肉に動きの指令を送る神経のことを言います。

小さい頃から、外遊びや運動などで様々な動きをする中で、神経の経験値が上がり、状況に応じた身のこなし方として記憶されていきます。神経系の発達は成人を100%とした場合、5歳で80%、12歳には100%に達してしまいます。

幼児から小学生のうちに、様々な遊びや運動体験することが、その後の運動能力を伸ばしていくことにつながります。

裏面もご確認ください