

セントラルスポーツの
発達・発育サポートプログラム

運動能力 開発スクール



詳しくはこちら

運動能力開発スクールは、体を思い通りに動かす力（コーディネーション能力）を高めるために開発された当社オリジナルのプログラムです。

お子さまの健やかな発育・発達のためには様々な基本となる体の動きを経験することが大切です。

選ばれる理由

お子さまの初めての習い事として選ばれている
セントラルスポーツのキッズスクール。
その理由を深掘り！

01.

“50年以上の スクールノウハウ”

セントラルスポーツは創業から50年以上にわたり延べ300万人以上のお子さまを指導してきました。
一人ひとりに合わせて段階別指導を行い、個性に応じた柔軟かつ的確なコミュニケーションで子どもたちの心身の成長をサポートします。

02.

様々な スポーツスクールの 導入に最適！

セントラルスポーツは、独自の研究機関（CIS）の研究成果をもとに、プログラムを開発しています。
走る・投げる・跳ぶなどスポーツの基礎となる体の使い方を学べるので、運動能力を総合的に高めたい方にぴったりのプログラムです。

03.

“礼儀・マナー の指導”

セントラルスポーツでは体力や技術向上といった身体的な成長はもちろん、人間性の成長も重視しています。集団行動でのルールやマナー、元気の良い挨拶、友だちづくりや協調性など情操教育にも力を入れてスクールを実施しています。

受験対策にも
おすすめ

リズム

リズムに
合わせて動く
チカラ

変換

状況に合わせて
すばやく動く
チカラ

バランス

バランスよく
姿勢を保つ
チカラ

7つの

コーディネーション 能力をみがく

識別

道具をうまく
操作する
チカラ

反応

合図にすばやく
反応する
チカラ

定位

動くものと
自分の距離を
はかるチカラ

連結

カラダ全体を
スムーズに動かす
チカラ

運動能力開発スクール レッスンの流れ

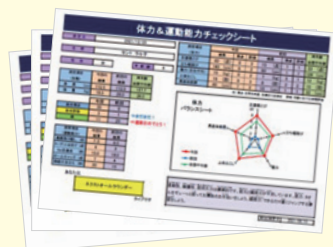
小中学校で実施される体力テストの種目に含まれる「走る」「跳ぶ」「投げる（捕る）」の運動を3ヶ月単位で組み合わせながら実施します。

3ヶ月に1回の

体力測定・運動能力測定

3・6・9・12月の1～3週目で測定を行いチェックシートを作成します。

オリジナルの評価システムでお子さまの体力、運動能力、スポーツタイプを判定します。



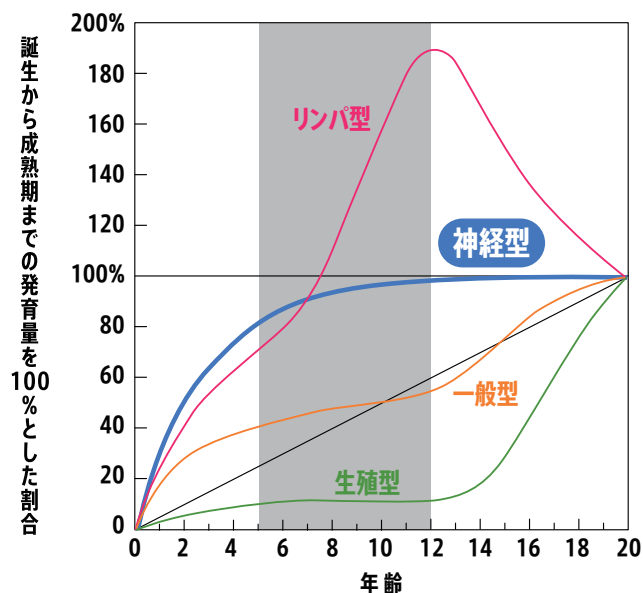
「今は始める」が効果的！

コーディネーション能力とは、状況に合わせて「体の動き」や「力の加減」を調整する様々な種類の能力のことです。これらを鍛えることで、運動能力の向上につながります。

幼児期から児童期は神経系の発達が著しく、神経回路が形成されていく大切な時期なので運動が欠かせないのです。

**5歳までに驚くほど神経が発達！
早いうちにはじめよう。**

〈 スキャモンの発育発達曲線 〉



よくあるご質問

Q.

保護者の見学は可能でしょうか？

A. 可能ですが、クラブ毎にスクールギャラリーの広さや見学場所は異なります。詳しくはクラブまでお問い合わせください。

Q.

レッスンの振替は可能ですか？

A. お振替はお休みした月の翌月最終練習日まで可能です。
※週1回コースは月2回/週2回コースは月4回まで振替可能です。
※クラブ毎に振替ルールが異なる場合がございますので、詳しくはクラブまでお問い合わせください。

Q.

指定着はありますか？

A. 体操着、スクールバックは指定となっておりますので、ご購入いただきますようお願いいたします。

会員様専用アプリ

お子さまの成長がわかるセントラルスポーツの
キッズスクール専用アプリ

対象スクール

スイミング

体育

ダンス

運動能力
開発

アプリを利用すれば、スクールに通うお子さまはもちろん

保護者の方にも便利な機能がたくさん！

セントラルスポーツのキッズスクールが、より楽しく快適に！

アプリの5つの機能



お知らせ



入退館



進級履歴



動画



欠席振替

詳しくはこちら

