

親子で楽しく
スキンシップ！



運動感覚

遊びを通して、筋肉や神経など
全身の発達を促す



好奇心

やってみたいの気持ちから
積極性を育てる



友達づくり

お子様の協調性を高めたり
親と子の友達づくりにつなげる

ベビー体育スクール

対象年齢：1歳～3歳未満

親子のスキンシッププログラムを中心に行います。お子様の情緒の安定を図りながら、体を動かす楽しさや運動感覚を自然に身につけます。また、お母様のストレス解消に効果的です。

※1人歩きができるお子様が対象となります。※一部対象年齢が異なる店舗もございます。

ベビー体育の効果

親子のスキンシップに

保護者との密接なふれあいは、お子様の情緒面の発達に良い影響を及ぼすと言われています。また、この時期は、親の表情を模倣したり、声掛けに答えたりしながら言葉や精神を発達させていきます。運動を通してお子様とスキンシップを深めることにとても役立ちます。

集団生活の準備に

言葉や数の数え方、順番、遊びのルール等を、心と心のコミュニケーションを大切にしながら覚えることで、協調性や積極性を自然に身につけることができ、今後の成長に必要な集団生活を学ぶことにもつながります。

基礎運動能力の発達

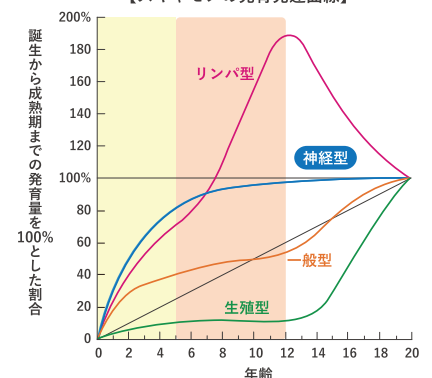
走ったり、ジャンプしたりすることを何度も反復して行ううちに、筋肉や呼吸機能、神経などの全身の発達を促すことができます。また、早い時期からたくさんの動きを行うことは、将来の運動能力にもつながると言われています。



「今はじめる」が効果的！

神経系は生まれてから5歳頃までに80%、12歳でほぼ100%に発達します。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だから運動が欠かせないのです。

【スキヤモンの発達発達曲線】



会員の皆さまの声

Aさん

1歳8ヶ月
女の子のママ

お友達のママに紹介されて入会しました。すぐに新しいお友達もでき、お母さん同士のコミュニケーションの場にもなっています。
小さいころから体を動かす習慣をつけさせ、子どもの体力向上や丈夫な体づくりを目指しています。

Bさん

2歳5ヶ月
男の子のママ

子どもと一緒に体を動かすことで、普段の生活以上にスキンシップをとることができています。はじめは難しくてなかなかできなかったことも、スクールに通っているうちに徐々にできるようになり、子どもの成長を日々実感しています。

Cさん

2歳8ヶ月
女の子のママ

はじめはベビースイミングに通っていましたが、冬場は寒くて子どもがどうしても嫌がってしまうので、冬限定でベビー体育を始めてみました。今では両方通っています。以前と比べて活発的になり、体を動かすのが大好きになりました。

パパの参加もお待ちしております！

付き添いの保護者様はもちろんパパでもOK！
お子様とのスキンシップを楽しみましょう！



Q 対象年齢を教えてください。

A 1歳～3歳未満でひとり歩きできるお子様が対象となります。一部対象年齢が異なる店舗もございますので、詳しくは店舗までお問い合わせください。

Q 保護者が体操ができないと参加できませんか？

A お子様の動きをサポートする役割を行っていただきますので、体操経験がなくても問題ありません。

Q 保護者や子どもの服装はどうしたらいいですか？

A 指定のユニフォームはありません。運動のできる服装でご参加ください。なお、レッスンは保護者、お子様ともに素足で行います。

Q 子どもが嫌がる時はどうしたらいいですか？

A 無理にレッスンに参加しなくて構いません。みんなと一緒に練習しなくても、見ていだけでも練習になりますので、お子様が落ち着くまでそばにいてあげてください。お子様の様子を見て担当コーチがサポートいたします。

ベビー体育紹介動画はこちら ▶

