

# ぽっと通信 vol.4



みなさん、こんにちは。NPO法人クラブぽっとマネジャー森です。  
 8月に入り待ちに待った夏休みです!!遊びに旅行、たくさん夏休みの思い出をつくってください!!もちろん、宿題も忘れずに・・・クラブぽっとの夏休みはスタッフ、学生共に充実した活動になっています★  
 夏休みの活動の様子は、HPやfacebookに載せてあるのでぜひご覧ください。そして、今月の会報誌では、「運動神経」について紹介させていただいています。毎月1回の会報誌ですが、クラブの情報、地域の情報、スポーツの情報を皆様にお届けしますので、ぜひ目を通してください!

## 今月のお薦めショット!



## ◆今月のコラム◆ コーディネーショントレーニングってなんだ!?!①

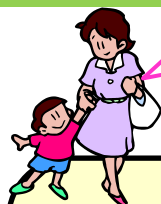
皆さん、“運動神経”って何でしょうか?“運動神経”がいい!と言いますが、“運動神経”がいいとはどういうことなのでしょう?  
 “運動神経”とは、その名の通り、ただの神経です!!理科で学んだことのある、感覚神経、運動神経の運動神経です。ですので、**実はただの神経の名前**なんです。  
 じゃあ、皆さんが使っている“運動神経”、“運動神経がいい”というのはどういうことでしょうか?  
 それは、簡単に表現すると、**「感覚器(目や耳など五感)の感じた感覚を正しく上手に脳に伝え、筋肉に正しく上手に脳が命令を伝えて動けること」**が“運動神経がいい”ということになります!



そして、そんな**“運動神経”をよくするトレーニング**が「コーディネーショントレーニング」です!!運動神経を右図の7つの能力(コーディネーション能力)に細分化し、それぞれを遊びやゲーム、スポーツの中でトレーニングし、**“運動神経”を伸ばしていこう!!**というトレーニングです。

9月号では、具体的なコーディネーショントレーニングについて紹介しますね!!

## ◆今月の教室紹介◆ バトミントン教室



そろそろうちの子も何かしたいんだけど、「バトミントン教室」ってどうなのかしら?

「バトミントン教室」は、この4月から金沢ジュニアバトミントンクラブというクラブチームと連携し、**気軽に、誰でも、バトミントンを楽しめる**ようにという思いから立ち上げられた教室です!!気軽におためし感覚ではじめてみたい方、バドミントンを楽しみたい方におすすめのバドミントンに気軽に触れることのできる場になっています。  
 毎回、基礎的な練習をしっかりと行っているため、バドミントンのスキルがメキメキ身につく教室です★



～バトミントン教室～  
 日時：初心者コース 火・金 19:30～20:30  
 初級者コース 火・金 19:30～21:00  
 場所：杜の里小学校体育館  
 対象：小学1～6年生  
 会費：週1回 2,000円/月 週2回 3,000円/月

# ぽっと チャレンジキャンプ 2015

平成27年7月30日（木）～31日（金）

“小学生できた体験!!チャレンジキャンプ!!”  
7月30日から1泊2日、小学1～5年生23名を連れて、  
岐阜県の板取キャンプ場に行ってきました!!

子ども達は自分達で、火起こしのための薪割りをし、  
火起こしをし、カレーを作りました!!  
また、2日目には魚つかみをして、自分達で魚を  
さばいて焼いて食べる体験もし、生き物の、食べ物  
の大切さも感じる事ができました。

名前の通り様々なことにチャレンジした子ども達!  
様々な体験を通して、自分で考え行動し、友達と  
協力し過ごす子ども達をみて、スタッフは感動して  
いました。2日間で大きく成長した子ども達でした。

子ども達の“笑顔”と“できた”が満載のキャンプと  
なりました!!

ぜひ、facebookにも記事があるのでご覧ください★



## NPO法人クラブぽっとでは、HPやfacebook、Twitterなどで情報発信しています!!

### 教室ブログ



各教室の様子を指導者  
が報告しています!!

### アルバム



イベントや教室の様子がアルバム  
形式でご覧いただけます!!

### イベント情報

TOP > 社の事SCって? > 会員について > 教室紹介 > スタッフ紹介 > 教室の様子 > アルバム > イベント情報 > 会報誌 > 予定 > 申し込み

#### イベント情報

NPO法人クラブぽっとの最新のイベント情報を掲載しています。

名称	日程	場所
杜っこクラブ春休み2014	春休みをご覧下さい。	杜っこクラブ
ぽっとリイエンズクラブ～夏～	杜っこクラブ	杜っこクラブ
ぽっとサマーキャンプ～2014～	平成26年8月11日(月)～12日(火)	杜っこクラブ
ぽっとチャレンジキャンプ	平成26年8月11日(木)～12日(金)	杜っこクラブ
杜っこクラブ夏休み2014	杜っこクラブ	杜っこクラブ
ぽっと第11回中学生サマーキャンプ	平成26年8月11日(木)～12日(金)	杜っこクラブ
杜っこクラブサマーキャンプ	平成26年8月11日(木)～12日(金)	杜っこクラブ
ババともちやくちあひらき&餅試し	平成26年11月22日(土)	金沢市立小中学校体育館
試練の星～最速の忍者になれるのか～	平成26年11月23日(日)	杜の小中学校体育館

春休みや夏休みなどのイベント情報が  
アップされています!!



地域ボランティアのfacebookでは、  
地域行事への  
参加者募集情報、  
イベント情報、  
活動報告などが  
情報発信されています!!



ぽっとの子のfacebookでは、  
杜っこクラブなどの  
発発コンセプトの  
教室報告などが  
情報発信されて  
います!!



HPは  
こちら⇒



Twitter

@clubpot

お得なイベント情報は、  
HPやfacebook、Twitterで  
先行発信しますので  
ぜひチェックして  
みてください!!

### 【特定非営利活動法人クラブぽっと】

金沢市旭町2丁目19-33 ブライト・イン押田 1階

◆TEL&FAX : 076-223-2360

◆HP: <http://morispo.sa-suke.com/>

◆MAIL: [mori-spo@hotmail.co.jp](mailto:mori-spo@hotmail.co.jp)

◆Twitter: @clubpot

◆facebook(地域ボランティア): <https://www.facebook.com/clubpot>

◆facebook(ぽっとの子): <https://www.facebook.com/clubnoko>



スポーツ振興くじ助成事業