

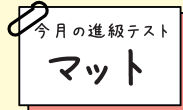


★ 今月のお知らせ ★

★ 体操教室

瞬発力・反応力

耳で聴いて即座に身体を動かす練習をすることで、瞬時の判断や反応する能力を鍛えます。身体をきびきび動かすためにとても大切な練習です。



★ すぽいく教室

体操 乗り越える・押す・回る・下る

知育 顔制作②(福笑い、鬼など)

目、鼻、口の位置をイメージしながら顔制作に挑戦します。



1~2月の
休校日のご案内

体操 バク転 すぽいく

1/1(月・祝)~3(水)・8(月・祝)

2/11(日・祝)~12(月・祝)・23(金・祝)・29(木) ※29(木)はすぽいくのみ休校

※各校の休校日はHPまたはマイページでご確認ください。



おうちでできる!

脳育体操

反のうじゃんけん

のばせる力 非認知(ひにんち)能力

使う力 しゅん発力・はんだん力



参考: 著 南友介『AIを超える! 子どもの才能は「脳育体操」で目覚めさせる!』(青春出版社 2020年)

すばやいはんだんとしゅん発力を向上させる脳育体操です。あらかじめ「グー」「チョキ」「パー」のどれかを出してじゅんびします。「勝って!」「負けて!」「あいこ!」と相手に行ってほしい動作を伝え、その通りにじゃんけんをすることができたらクリアです! 大人でもむずかしいので、ぜひご家族やお友達といっしょに反のうじゃんけんを楽しんでください!

レベル1

「勝って!」「負けて!」「あいこ!」とじゃんけんを伝える人と、ちょう戦する人を交代してくり返しゃってみよう!

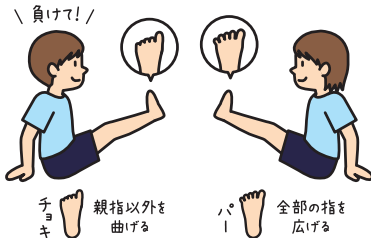


伝える人

ちょう戦する人

レベル2

足の指を使って、レベル1と同じようにやってみよう!



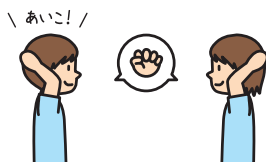
グー 全部の指を曲げる

チョキ 親指以外を曲げる

パー 全部の指を広げる

レベル3

身体の部位をさわって、レベル1・2と同じようにじゃんけんしよう!



おうちでできる! アレンジ脳育体操

上手に勝ったり負けたりできるかな?

レベル1 手でじゃんけんを行う

レベル2 足でじゃんけんを行う

レベル3 頭(グー)、かた(チョキ)、おなか(パー)など身体の部位をさわってじゃんけんを行う

すばやく身体を動かせるようになると、かけっこのスタートが速くなったり、おにごっこでタッチをよけられるようになったり、けがをしそうになった時に自分を守るような力が身につくよ!

※認知(にんち)能力とは…知しき、学力など点数で表しやすい能力のこと。

※非認知(ひにんち)能力とは…積極せい、ねばり強さ、自こう定力などの人間力と言われる能力。点数では表しにくい能力のこと。

ネイスっ子インタビュー

インタビュー
ないよう
内容

1. できるようになったこと
2. 夢中になっていること
3. ネイスに入って良かったこと
4. 今後の目標
5. 将来の夢

1. 空中さか上がり

2. うんてい

3. お友達ができたことです。

4. 空中前回りができるようになりたいです。

5. YouTuber

立川ケヤキモール校



かれんちゃん

1. 鉄ぼう

2. きんトレ

3. 体を動かすのが好きになったことです。

4. バク転ができるようになりたいです。

5. YouTuber

春日部校



ゆうとくん

1. 連続前回り、側転

2. とび箱

3. 体操が楽しいこと、先生がみんなやさしいことです。

4. ロンダートができるようになりたいです!

5. アイドル

アリオ北砂校



ののかちゃん

1. とび箱、さか上がり

2. ゲーム

3. いろんなわざができるようになったこと、足が速くなったことです。

4. 空中さか上りを完璧にできるようになりたいです!

5. サッカー選手

東浦和校



たいがくん

1. 連続さか上がり、ボルダリング

2. お人形あそび

3. みんなの前で体操ができるようになったこと、先生がやさしいことです。

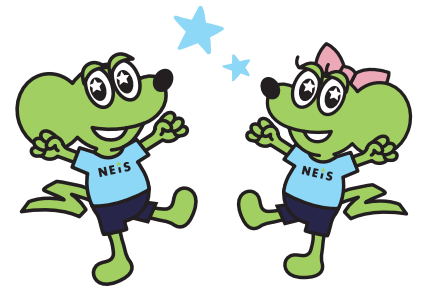
4. 空中前回り、さか立ち

5. かんごしさん

西友上野芝校



さくらちゃん



ネイスっ子インタビューに出てみませんか?

お子さまのできるようになったこと、今後の目標をぜひ教えてください。掲載された方には、オリジナルバッジをプレゼントしています!



応募方法

ネイス公式LINE緑色のメニューの「ネイス通信」▶「ネイスっ子インタビュー応募」

ネイスこども
ラボコラム vol.15

目標はまほうである!

ゆうすけ先生

茂木先生

菅原先生

ネイス

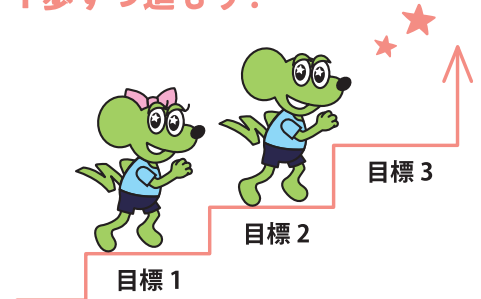
夢は大きな山のちょう上です。見上げると、たどり着けるのかと、お気づいてしまいます。しかし、ご安心あれ。ちょう上まで登るための「目標というまほうの階だん」が、みんなの夢をあげることができるように(ちょう上まで登れるように)案内してくれます。

なぜ「まほうの階だん」かかというと、「まほうの階だん」はみんなが自分で、自由に階だんの高さを決めることができるからです。最初から高い階だんにすると、すぐに息切れしてしまったり、足こしをいためてしまったりします。「まほうの階だん」は自分で高さを決められるのですから、まずはラクラク登れる、小さな目標の階だんをつかって1歩足をふみ出すところからです。1歩、1歩、小さな目標の階だんをリズムカルに登れるようになったら、次はちょっと高い階だんを登ってみたいくなるものです。

目標の階だんのレベルを上げながら、山の風景も楽しんでください。そして、山登りの階だんのとちゅうでつかれたら、あきらめるのではなく、休けいする所をつかって、休けいをしてから階だんをのぼりましょう。山のちょう上に着くと、見たことのないすばらしい景色があなたをむかえてくれます。

目標はあなたを夢という山のちょう上へと案内し、同時に心身をきたえ、くずれない足元をつくってくれるコーチのようなそんざいでもあるのです。

1歩ずつ進もう!



◆ Profile 笑顔研究者/感性デザイナー/博士(工学) 菅原 徹先生

福岡県太宰府市出身。信州大学大学院修了(博士・工学)、早稲田大学、東洋大学で「笑顔の仕組みと創出に関する研究」に従事する。笑顔の研究者としてNHK「ガッテン!」「サイエンス」、日テレ「世界一受けたい授業」、TBS「林先生が驚く初耳学!」などで注目を集める。日本感性工学学会評議員、スマイルサイエンス学会代表理事、共著書に「アスリートの心の強さを手に入れる メンタルタフネス実践法」(日本法令)、監修書に「5分で分かる友だち術」(学研)など。 <ホームページ> <https://www.kanseismile.com/>





みんなは今年1年の目標は決まっていますか? 「いつまでに、何をできるようにしたい! (目標) だから〇〇をする! (行動)」と、目標を決めてがんばることは大事ですが、「ちゃんとがんばれたか」ふり返ることも、もっと大事です。

そこで、今回はフレスポ東日暮里校のあやねちゃんとゆうがくんのきょうだいが、目標に向かってどんなことをがんばったのか?そして、ゆうすけ先生も1年前に立てた目標をふり返ります。

あやねちゃんの目標

スキップをできるようになる!

がんばったこと

タイミング良くジャンプするように心がけて練習しました!いやだからと、と中であきらめないで良かったです。



ゆうがくんの目標

前回りをがんばる!

がんばったこと

「ツバメ」からいきおいよく前に回るようにがんばりました!



お2人のがんばりを見ていたお母さまから

それぞれの苦手なわざをクリアできるように、先生方にも目標シートをごらんいただき、毎回重点的にがんばっていました。

ゆうすけ先生の目標は?

「外国の方(日本語が話せない方)」と英語で、^{いざや}居酒屋2時間飲み放題コースを一緒に楽しめるようになる!(^{いっしょ}通訳なし)でした!そして、あれから1年後のゆうすけ先生がこちら、...!!(右のQRから動画をチェック)



目標は必ずしも達成しなければダメなわけではありません!目標を書いて周りの人に伝えること、達成のためにチャレンジすること、1歩をふみ出すことがとても大事です。そのため、みんなもワクワクする目標をたくさん立てて、たくさんチャレンジしていきましょう!

🎁 おたのしみプレゼント企画

脳トレコーナー
まちがいさがし

2つのイラストの中にまちがいが5こあります。
どこにあるかな。全部さがしてみよう!

ネイスくん ネイタくん ネイチュちゃん ネイミーちゃん



正解者の中から抽選で30名様に

ネイスオリジナル
アクリルキーホルダーをプレゼント!

応募方法

ネイス公式LINE緑色のメニューの「ネイス通信」▶「脳トレプレゼント応募」

応募受付: 2024年1月31日まで
抽選結果は賞品のお渡しをもって代えさせていただきます。





質問



- ① 子どものころに夢中になったことは何ですか？
- ② 子どものころにあこがれていた人、ことは何ですか？
- ③ 子どものころは、どんな子どもでしたか？
- ④ 失敗した時、つらい時の立ち直り方を教えてください

千葉

流山おおたかの森S・C校
しゅう先生



- ① サッカーです。毎日リフティングをしていました。
- ② 子どものころにかつやくしていたサッカー選手のベッカムです。同じヘアスタイルにしていました。
- ③ とにかく元気な子どもで、親の話の間はず動き回っていました。
- ④ 休みの日にとにかくねて、わすれることです。



しゅう先生からの
メッセージ動画はこちら！



東京

フレスポ東日暮里校
ゆうま先生



- ① 外で遊ぶことです。海や山が近くにあり、ずっとたんけんしていました。
- ② 小学校の時の先生です。とても面白く、運動の楽しさやメリハリを教えてください、おんしです。自分の結こん式ではスピーチをしてくれました。
- ③ 海で泳いだり、山でたんけんをすることが好きで、活発な子どもでした。
- ④ あまりつらいと思うことがなく楽しんでいます。

ゆうま先生からの
メッセージ動画はこちら！



埼玉

春日部校
たかのり先生



- ① 戦いごっこです。木をかいじゅう役にして戦っていました。
- ② 仮面ライダーとジェダイです。とにかくヒーローに強くあこがれていました。
- ③ 自由人です。とにかくいっぱい外遊びしていました。
- ④ いっぱい食べていっぱいねると元気になります。



たかのり先生からの
メッセージ動画はこちら！



※メッセージ動画はアプリをインストールせず、そのままご覧いただけます。

★ インフォメーション ★

短期教室

イベント

開催日:2024年3月20日(水・祝)

■詳細はネイス公式LINEでお知らせいたします。

春のスキースクール 課外イベント

開催日:2024年3月28日(木)~29日(金)

■お申込み、集合駅等詳細につきましては教室または公式LINEにてご案内いたします。



みんなで楽しくすべって、春の思い出を作ろう！

今年目標シートを書いてみよう！



- ① 目標
今年中にやってみたい！できるようになりたい！これができたらうれしいな！を書きます。
- ② いつまでに達成する？
〇月まで、次のテストまでなど、いつまでにやってみたい！いつまでにできたらうれしい！を書きます。
- ③ 具体的にどんな行動をする？
何をがんばったら目標に書いたことがやれるようになる！できるようになる！のかを書きます。



目標シートが書けたら、毎日見ながら目標にむけて③のがんばることを続けよう。毎月最後の日に、③のがんばることにチャレンジできたか、しるしをつけてね。

★ネイス通信に関するお問合せ、掲載内容に関するご質問やご要望は、ネイス公式LINE緑色のメニューの「ネイス通信」からお願いいたします。

