



# 保育園でバレエを踊ろう



バレエの基本が身につくと身体が柔らかくなって姿勢が良くなります。

これによってケガしにくい身体をつくることができ

日常生活や他のスポーツにも良い影響をもたらすと同時に、

体幹  
ジャンプ力

表現力

集中力  
チャレンジ精神

協調性

音感  
リズム感

バレエを習うことでこんなにたくさんの能力を高めることができるんです！



## 熊谷美帆

### 【講師プロフィール】

6歳よりバレエを始める

筑波大学在学中にモスクワのバレエ団へ短期研修

同大学卒業と同時に牧阿佐美バレエ団にアーティストとして入団

### 【おもな受賞歴】

・2017全国つくば洋舞コンクール クラシックシニア部門

第1位、審査員長賞

・第51回埼玉全国舞踊コンクール2018

クラシックバレエ部門一部 第2位の2

埼玉県舞踊協会賞、埼玉県教育委員会教育長賞

・第7回ジャパンドダンスコンペティション シニアの部 第3位

## レッスン概要

レッスン時間は45分間、準備や着替えの時間もあわせて1時間程度になります。

月4回のレッスンで月謝は¥4800です。入会金は無料です。

## 対象園児

3～6歳の男女（ひとりで着替えができる、または補助があればできる）

## 必要な物

レオタード(練習着)、バレエ用靴下、バレエシューズ、タオル、水筒、ヘアゴム(髪の毛の長いお子様のみ)

※レオタード・靴下・シューズはこちらで用意し、後日代金と引き換えにお渡しします

プロのバレリーナと一緒に楽しく習いましょう

## 美木多いっちゃん保育園でバレエ教室を始めます

保育園の課外教室としてクラシックバレエの幼児クラスを開講します。

近年ボール遊びを禁止する公園が増え、近隣の住宅の迷惑になるため元気に遊びまわることでもできず、さらにコロナ禍でのマスク生活により呼吸が浅くなり、子どもたちの心肺機能や身体能力の低下が問題視されています。

そこで、子どもの心肺機能向上および身体能力強化にバレエが寄与します。

バレエは有酸素運動で心肺機能の強化ができる上、全身の筋肉を強くしていくことができます。

バレエを習って小学校にあがると、鍛えられた体幹によって運動会のかけっこで一位を取ったりリレーの選手になったり、培った表現力を武器に音楽会の伴奏をしたり、バレエで得た能力を活かして活躍できる場はたくさんあります。身につけた協調性は中学や高校の部活動で重宝され、高い集中力は受験勉強にも非常に役立ちます。

総合芸術でありながらスポーツにも共通する要素を多く含むバレエだからこそ、習うだけで身につく力が多種多様なのです。

お子さんにとっては、通い慣れた場所でなじみのあるお友達と一緒に新しいことに挑戦できるチャンスです。

保護者の方々は送迎をしなくてよいため、時間を有効に使っていただけます。

人生を豊かにするものに巡り合う機会をぜひ幼少期に与えませんか？