



聖和学園短期大学スポーツクラブ

スポーツによる地域貢献活動

楽しく体を動かし、運動不足などの社会的課題を解消する一助として、スポーツ教室を開催し、地域の方に運動の楽しさや効果的な方法を伝えることを目的に活動しました。5月から1月にかけて、地域の方と大学生がグラウンド、体育館、トレーニング室で球技、ダンス、フィットネス、一緒に汗を流し楽しみました。



SOCCER

サッカー教室は8回実施できました。広いグラウンドで思い切り走り、サッカーだけでなく、鬼ごっこ、靴飛ばし、たくさんの運動遊びを子ども達と一緒に経験しました。

DANCE

ダンス教室を2回実施し、習得したダンスを収録する機会も作りました。子ども達とダンスを楽しみ、一緒に舞台上に立ち踊ることができました。



VOLLEYBALL

バレーボール教室は3回を予定していましたが、コロナウイルス感染拡大の影響で1回の実施となりました。来年度は多く開催できるように計画します。

FITNESS

健康づくり教室は3回実施しました。音楽に合わせた健康体操を作成し、参加者の方と楽しむことができました。

