

理念

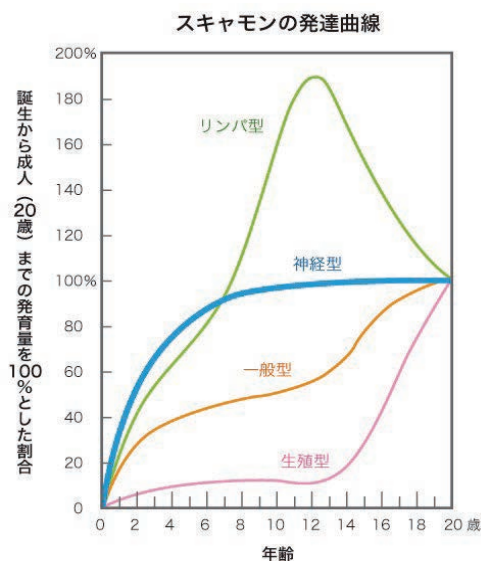
ダンスを通して、からだを動かす楽しさを伝え、
「こころとからだの健康づくり」を行うことで、
チームメイトと目標を共有し、「夢と希望」を持つ
ジュニアを育成する。

魅力

1

調整力（身のこなしの上手さ）
をしっかり育てる

人の神経系の発達は5歳頃までに80%、12歳までに100%の発達を遂げます。
神経系の発達の働きかけとしてダンスはとても有効です。



魅力

2

チームで目標を持つことで、
脳のやる気スイッチを育てる

できる ▶ 楽しい ▶ 嬉しい ▶ 運動が好き

心を司る脳が育つ

▶ 【自己抑制】・【自主性】を生む

問題解決法を発想し行動できる

運動のみならず【学力】や
【社会の中で生き抜く力】を高められる

月間「NEXT」2012年8月号【知育としてのフィットネス】
柳澤秋孝教授（松本短期大学）より