

## 平成29年10月 コンパス 全体プログラム(予定)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	おやつ作り フォークダンス・リズム体操 (音楽に合わせて体を動かし、ステップをおぼえよう！)	公園遊び・スポーツ (なわとび・おおなわとび等)	おやつ作り ドッチビー (コントロールよく投げる方法をおぼえよう！)	ボクササイズ (有酸素運動で汗をかこう！)	おやつ作り サーキットトレーニング (跳ぶ、走る、投げる、打つ等の動きをおぼえよう！)	
8	9	10	11	12	13	14
		卓球 (バックハンドをマスターしてラリーをつづけてみよう！)	工作 旗あげゲーム (腕や肩をおもいきり動かそう！)	ボールスポーツ (ボールを投げるときやキャッチするときの肩や腕や足の動きをおぼえよう！)	おやつ作り お買い物シュミレーション (お金の支払い・計算)	
15	16	17	18	19	20	21
	おやつ作り サーキットトレーニング (跳ぶ、走る、投げる、打つ等の動きをおぼえよう！)	ふうせんパレー (みんなでボールに触ってからパスしよう！)	おやつ作り しょうがいぶつ競走 (いろいろなしょうがいぶつをクリアして進もう！)	公園遊び・スポーツ (ボールスポーツ等)	おやつ作り 体幹トレーニング・脚力強化トレーニング (体幹と足をきたえよう！)	
22	23	24	25	26	27	28
	おやつ作り ペットボトルボウリング (ボウリングのルールを覚えよう！)	ツイストゲーム (色のリングに手足を入れて左右をおぼえよう！)	おやつ作り こぼさないぞゲーム (いろいろな物の分量をこぼさずピットリ量ってみよう！)	3kmウォーキング&ラン	おやつ作り ペットボトルトレーニング (水を入れたペットボトルの重みでトレーニング！)	
29	30	31	<p>※天候、体調等によりプログラムを変更させていただくことがあります。</p> <p style="text-align: center;"><b>放課後等デイサービス コンパス</b> 〒532-0004 大阪市淀川区西宮原1-7-45-202 Tel.06-4866-6813</p>			
	公園遊び・スポーツ (なわとび・おおなわとび)	おやつ作り ドッチビー (コントロールよく投げる方法をおぼえよう！)				