

## 平成30年6月 コンパス 全体プログラム(予定)カレンダー

日	月	火	水	木	金		
※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。 放課後等デイサービス コンパス 〒532-0004 大阪市淀川区西宮原1-7-45-202 TEL06-4866-6813						1	2
					おやつ作り 運動遊び (身のこなしを遊びで習得しよう！)		
3	4	5	6	7	8	9	
	おやつ作り 動的ストレッチ&リズム体操 (リズムに乗って、見たとおり、聞いたとおりに体を動かそう！)	卓球 (バックハンドを覚えよう) 視知覚トレーニング (フラッシュカードで見たまま体を動かそう！)	コグニサイズ (頭と体を同時に使おう！) 有酸素運動 (心肺機能を鍛えよう！)	公園遊び・スポーツ (バランス遊び・瞬発力トレーニング等)	トランポリン& 体幹トレーニング (楽しみながら体幹を鍛えよう！)		
10	11	12	13	14	15	16	
	サーキットトレーニング (跳ぶ・走る・投げる等の基礎的な動きを習得しよう！)	おやつ作り ドッチビー (コントロールよく投げよう！)	おやつ作り 運動遊び (身のこなしを遊びで習得しよう！)	ボールスポーツ (バスケットボールの動きをおぼえよう！)	公園遊び・スポーツ (水鉄砲・運動遊び等)		
17	18	19	20	21	22	23	
	ウォーキング& 公園遊び・スポーツ (運動遊び・ボールスポーツ等)	おやつ作り ゴム跳び (いろいろな跳び方で体を動かそう！)	調理技術(計量等)体験 クイズゲーム (おやつ作りで体験した技術を試そう！)	おやつ作り ドッチビー (空間を認識し、コントロールよく投げてタイミングよく受ける方法を覚えよう！)	おやつ作り コグニサイズ (頭と体を同時に使い、左右の足をタイミングよく動かそう！)		
24	25	26	27	28	29	30	
	体幹トレーニング ボールスポーツ (体重移動を意識してボールの投げ方と体の使い方を覚えよう！)	おやつ作り 新聞レクリエーション (ポッチャ等のルールを覚えよう！)	おやつ作り 借り物競争 (写真や文字カードを見て立体の物や人を探そう！)	3kmウォーキング& ミニ公園遊び (夏バテしないように、体力をつけていこう！)	おやつ作り 視知覚トレーニング (フラッシュカードで見えない部分を想像し、見たまま体を動かそう！)		