

平成31年4月 コンパス 全体プログラム(予定)及び、ご利用予定カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	am)サーキットトレーニング (跳ぶ・走る・投げる等の基礎動作を習得しよう！) pm)おやつ作り 運動遊び	am)コグニサイズ (頭と体を同時に使おう！) pm)ふうせんアート (手先を使い、ふうせんで動物を作ってみよう！)	am)防災教室・避難訓練 (防災を考えよう！) pm)おやつ作り 卓球(バックハンドでラリーを続けよう！)	am)買い物&調理体験 (食材を買い、お弁当作り) ※材料費¥300翌月請求 pm)公園・お花見・スポーツ (お弁当持って、お花見)	am)ストレッチ・足裏強化トレーニング pm)公園遊び・スポーツ (ボールスポーツ・運動遊び)	
7	8	9	10	11	12	13
	おやつ作り ボクササイズ(有酸素運動で心肺機能を高めよう！)	的当てドッチボール (動動的に向けて、スポンジボールを命中させよう！)	おやつ作り ボールスポーツ (サッカーの基本動作を覚えよう！)	おやつ作り ポウリング (力加減を調整して、コントロール良く的に当てよう！)	ドッチビー (ゴールの輪にコントロールよく入れる投げ方を覚えよう！)	
14	15	16	17	18	19	20
	おやつ作り ヨガのポーズ&呼吸法 (呼吸を意識して、ヨガのポーズを体験し、体幹を強化し柔軟性を高めよう！)	おやつ作り ボールスポーツ(バスケットボールの基本動作を覚え、シュートを決めよう！)	パラバルーン (みんなで力を合わせ、大きく体を動かそう！)	ドッチボール (ボールの投げ方、受け方の基本動作を覚えよう！)	おやつ作り バランス&体幹トレーニング(平均台、ストーン、トランポリンの上をバランスよく動こう！)	
21	22	23	24	25	26	27
	おやつ作り 感覚統合遊び(ボディイメージをつかもう！)	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！)	コグニサイズ (頭と体を同時に使おう！)	季節の工作 (道具の使い方をマスターし、端午の節句の飾りを作ろう)	風船バドミントン(うちわラケットを使ってバドミントンの打ち方を覚えよう！)	
28	29	30	<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>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 TEL.06-4866-6813</p>			
						