

令和元年5月 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	
※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	3	4
5	6	7	8	9	10	11	
		おやつ作り 卓球 (バックハンドでラリーを続 けよう！)	おやつ作り ボールスポーツ (スポンジボールを的に当 て、投げ入れる動きで力 加減と深視力・距離感を 測る能力を鍛えよう！)	サーキットトレーニング (ホッピング、トランポリン、反復 横跳び、踏み台昇降等の 連続した運動でスタミナと 筋力を同時に鍛えよう！)	おやつ作り ボールスポーツ(バット イング動作で、空間認知機 能を高めよう！)		
12	13	14	15	16	17	18	
感覚統合運動・遊び (いろいろな感覚からの刺 激により、脳で考え、行動 を決める。感覚をバランス よく正しく働かせよう！)	おやつ作り ボールスポーツ(サッカー の基本動作、ドリブル、 シュートでの体の使い方を マスターしよう！)	運動遊び アナログ遊び (かるた、パズル、IQパズ ル、ブロック等の文字や形 を脳で考え、手先を使った 巧みな動きで形にしよう)	おやつ作り 新聞レク・グラウンドゴルフ (目指す所に打つための 力加減を覚え、深視力・距 離感を測る能力を鍛えよ う！)	おやつ作り 視覚トレーニング (フラッシュカードで、見て 理解する脳の動きをト レーニングしよう！)			
19	20	21	22	23	24	25	
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、ドリ ブル、パスでの体の使い 方をマスターしよう！)	パラバルーン (聞いたように体を動かす トレーニング。肩関節を大 きく動かし柔軟性を高め、 可動域を広げよう！)	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！)	だがり屋開店 (自分の予算内で計算し て好きなものを買うシミュ レーションをしよう！) バランス運動	応急手当講習・ロールプレイ (いざという時のための知 識と技術を身につけよ う！)			
26	27	28	29	30	31		
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！)	公園遊び・スポーツ (ボールスポーツ・運動遊 び)	だがり屋開店 (自分の予算内で計算し て好きなものを買うシミュ レーションをしよう！) 体幹トレーニング	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 卓球 (サーブの基本動作を覚 えよう！)			