

令和元年7月 コンパス 全体プログラム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	
	だがし屋開店 (自分の予算内で計算して好きなものを買うシュミレーションをしよう！) 体幹トレーニング	おやつ作り 応急手当講習・ロールプレイ (出血、火傷、打撲、すり傷、いざという時の応急手当を身につけよう！)	季節の工作 (道具の使い方をマスターし、七夕飾りを作ろう！)	おやつ作り バランス・体幹のトレーニング (トランポリン、平均台、トンネル、リバーストーンズを使って体幹を鍛えよう！)	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連続で行おう！)		
7	8	9	10	11	12	13	
	おやつ作り ボクササイズ&トランポリン (有酸素運動で心肺機能を高めよう！)	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！)	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！)	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！)		
14	15	16	17	18	19	20	
		卓球 (バックハンドとフォアハンドでラリーを続けよう！)	おやつ作り ボールスポーツ(バッティング動作で、空間認知機能を高めよう！)	公園遊び・スポーツ (水でっぽうで涼みながら運動遊び・なわとび・おこなわとび)	おやつ作り ビジョントレーニング (視覚機能をアップさせよう！)		
21	22	23	24	25	26	27	
	am)アナログ遊び (組み合わせを考える！) pm)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！)	am)的当てポウリング(ホウリングのルールを覚えよう！) pm)おやつ作り&バランス運動(体幹を使ってバランスを保つ動作を習得しよう！)	【外出行事】 明治なるほどファクトリー & 電車乗車体験 ※JR交通費(新大阪～摂津富田往復小学生¥220、中学生以上¥440)必要	am)おやつ作り(発酵からパンを作ろう！) pm)ボールスポーツ (バスケットボールのドリブル、パス、シュートの基本動作を習得しよう！)	am)おやつ作り (アイスクリームを作ろう！) pm)卓球 (バックハンドとフォアハンドでラリーを続けよう！)		
28	29	30	31	※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。			
	am)コグトレ(みる・きく・想像するための認知機能強化トレーニング) pm)ボールスポーツ (サッカーの基本動作を覚えよう！)	am)体幹トレーニング pm)ふうせんクレーション (バルーンアートやふうせんバレーで手先や肩を動かし、可動域を広げよう！)	am)視覚トレーニング (頭と体を同時に使おう！) pm)おやつ作り&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！)	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			