

令和2年6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
	ボールスポーツ (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！)	ひと手間簡単おやつ作り ボールスポーツ(バスケットボールの基本動作、パス・ドリブル・シュートでの手足や体の使い方をマスターしよう！)	ドッチビーorフライングディスク (コントロール良く的に当てよう！) 手話(挨拶を覚えよう)	コグトレ(ショート) 柔道の基本動作 (受け身の動きをマスターし、けがをしにくい体の動きを身につけよう！)	ひと手間簡単おやつ作り 工作&自立課題 (道具を使って手指の使い方をマスターしよう！)	
7	8	9	10	11	12	13
	ひと手間簡単おやつ作り ボールスポーツ(サッカーの基本動作、パス・ドリブルでの足と体の使い方をマスターしよう！)	トレーニングすごろく (部屋全体を使ったすごろくで、マス目のトレーニングにチャレンジしよう！)	ひと手間簡単おやつ作り ボールスポーツ(バッティング基本動作、スポンジボールで投げ方、受け方をマスターしよう！)	ひと手間簡単おやつ作り ボールスポーツ(バレーボールの基本動作、サーブ、レシーブをマスターしよう！)	公園遊び・スポーツ(バスケットボール・フライングディスク等)	
14	15	16	17	18	19	20
	おやつ作り スピード・俊敏性・跳躍力のトレーニング(ミニハードルを使って足の動かし方を身につけよう！)	コグトレ(ショート) 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！)	おやつ作り コグニサイズ (頭と体を同時に使おう！)	コグトレ(ショート) 卓球(バックハンドでラリーを続けよう)	おやつ作り 防災教室・避難訓練 (防災を考えよう！)	
21	22	23	24	25	26	27
	コグトレ(ショート) 感覚統合運動・遊び(感覚をバランスよく正しく働かせよう！)	おやつ作り ビジョントレーニング (眼と体のチームワークトレーニングを体験しよう！)	コグトレ(ショート) 卓球(バックハンドでラリーを続けよう)	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！)	コグトレ(ショート) 有酸素運動(ホクササイズ、トンボリン、ランニング、サーキット運動等様々な動きで心肺機能を高めよう！)	
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>			
	おやつ作り コグニサイズ (頭と体を同時に使おう！)	ボールスポーツ(サッカーの基本動作、パス・ドリブルでの足と体の使い方をマスターしよう！)	 			

※以前の全体プログラムカレンダーに記載の電話番号に誤りがございました。ご迷惑をおかけして申し訳ございません。