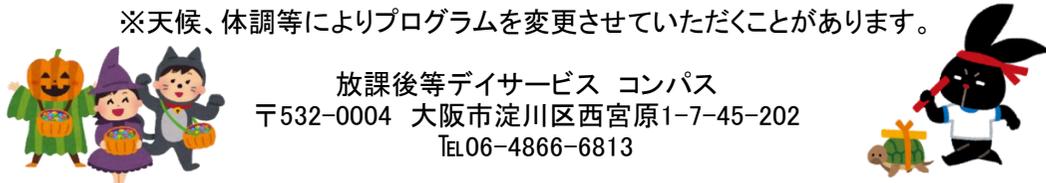


令和2年10月 コンパス 全体プログラム 及び ご利用予定カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
 <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 style="text-align: center;">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</p>				1	2	3
				<ul style="list-style-type: none"> ・ひと手間簡単おやつ作り ・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！) 	<ul style="list-style-type: none"> 公園遊び・スポーツ (運動遊び・サッカー等) 	
4	5	6	7	8	9	10
<ul style="list-style-type: none"> ・バランス・体幹のトレーニング(バランスイス、トランポリン、平均台等を使ってバランスと体幹を鍛えよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ひと手間簡単おやつ作り ・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！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ボールスポーツ(ドッジボールのキャッチ、投げ、逃げる動作をマスターしよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ウォーキング&公園 (運動遊び・バスケットボール等) 	<ul style="list-style-type: none"> ・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を習得しよう！) 		
11	12	13	14	15	16	17
<ul style="list-style-type: none"> ・ひと手間簡単おやつ作り ・ボウリング(ルールを覚えて得点を競おう！) 	<ul style="list-style-type: none"> 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) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ひと手間簡単おやつ作り ・防災教室・避難訓練 (防災を考えよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・コグニサイズ ・視覚覚トレーニング (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！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・手話(気持ちを伝えよう) ・感覚統合運動・遊び (見た動きを記憶して、同じように動いてみよう！) 		
18	19	20	21	22	23	24
<ul style="list-style-type: none"> ・手話(あいさつを覚えよう) ・卓球(バックハンドでラリーを続けよう) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ひと手間簡単おやつ作り ・ボールスポーツ(バットイング基本動作、スポンジボールで投げ方、受け方をマスターしよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ドッチビー (受け方、投げ方の基本動作をマスターしよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・コグトレ(ショート) ・柔道の基本動作(体幹を鍛え、ケガをしにくい体の動きを身につけよう) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ひと手間簡単おやつ作り ・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！) 		
25	26	27	28	29	30	31
<ul style="list-style-type: none"> ・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！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ウォーキング&ミニ公園 ・運動遊び(フライングディスク等) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ひと手間簡単おやつ作り ・コグニサイズ(頭と体を同時に使おう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ひと手間簡単おやつ作り or季節の工作(ハロウィン) ・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！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・季節の工作(ハロウィンの飾り) ・ドッチビー (ゴールの的をねらって投げよう) 		