

令和3年3月 コンパス 全体プログラム 及び ご利用予定カレンダー

※ひとりだち訓練は、個別支援にて交代で実施させていただきます。

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
		・ひと手間簡単おやつ作り ・スピード・俊敏性・跳躍力のトレーニング(ミハートルやリングを使って足の素早い動きを身につけよう！)	・季節の工作(ひな祭りの飾り) ・ドッチビー(10投中何投ゴールに入るか競ってみよう！)	・ひとりだち訓練(厚焼き玉子作り)orひと手間簡単おやつ作り ・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！)	・コグトレ(ショート) ・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！)	
7	8	9	10	11	12	13
		・ひとりだち訓練(厚焼き玉子作り)orひと手間簡単おやつ作り ・応急手当講習・ロールプレイ(感染症予防、咳エチケット、手洗い、発熱時対応等)	・コグトレ(ショート) ・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！)	・ひとりだち訓練(厚焼き玉子作り)orひと手間簡単おやつ作り ・新聞レクリエーション(新聞紙を使って下半身強化のトレーニングをしよう！)	・コグトレ(ショート) ・卓球(バックハンドとフォアハンドでラリーを続けよう！)	・ひとりだち訓練(厚焼き玉子作り)or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！)
14	15	16	17	18	19	20
		・手話(好きな物を表現しよう) ・サーキットトレーニング(跳ぶ・走る・投げる等の基本動作を習得しよう)	・ひとりだち訓練(厚焼き玉子作り)orひと手間簡単おやつ作り ・有酸素運動(階段昇降、踏み台昇降、トランポリン、ホップサイズ等様々な動きで心肺機能を高めよう！)	・コグトレ(ショート) ・有酸素運動(階段昇降、踏み台昇降、トランポリン、ホップサイズ等様々な動きで心肺機能を高めよう！)	・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を習得しよう！)	・ひと手間簡単おやつ作り ・ドッチビー(受け方、投げ方の基本動作をマスターしよう！)
21	22	23	24	25	26	27
		・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・シュートでの脚と体の使い方をマスターしよう！)	・バランス・体幹のトレーニング(バランスチェア、バランスサイクル、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！)	・ひと手間簡単おやつ作り ・体づくり運動(手形や足形を目で追いながら全身を動かそう！)	【外出行事】 舞洲緑地(滑り台付き大型遊具、灯台登り、運動遊び等) ※雨天の場合、変更あり	【外出行事】 服部ビオパーク(ロングローラー滑り台、健康遊具等、運動遊び) ※雨天の場合、変更あり
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。 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		
		・公園遊び・スポーツ(なわとび・ドッジボール等) ・視知覚トレーニング(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！)	・コグトレ(どんな気持ちゲーム、表情当てゲーム、気持ちバロメーター等) ・卓球(バック・フォアハンドでラリーを続けよう！)			

