

## 令和3年6月 コンパス 全体プログラム(予定)カレンダー

※ひとりだち訓練は、個別支援にて、お一人様1回、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	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	※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 Tel.06-4866-6813		



・ミニ公園運動遊びorドッチビー(的に入れよう!)

・ひと手間簡単おやつ作り  
・サーキットトレーニング(跳ぶ・走る・投げる等の基本動作を習得しよう!)

・季節の工作(道具の使い方をマスターし、てるてるぼうずを作ろう!)  
・ドッチビー(的にできるだけ多く入れよう!)

・ひと手間簡単おやつ作り  
・ダンボールレクリエーション(ダンボールを使って体幹を鍛えよう!)

・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(ミニハードル、反復横跳び、ダッシュ練習等)

・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!)

・コグトレ(ショート)  
・コグニサイズ(頭と体を同時に使おう!)

・ひとりだち訓練(ジャーマンポテト作り)orボウリング(得点を競おう!)

・ひとりだち訓練(ジャーマンポテト作り)orなわとび・おこなわとび(連続で跳ぼう!)

・コグトレ(ショート)  
・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!)

・ひとりだち訓練(ジャーマンポテト作り)orドッチビー

・ひとりだち訓練(ジャーマンポテト作り)or有酸素運動(階段昇降、踏み台昇降、トランポリン等で、エネルギーを消費して心肺機能を高めよう!)

・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!)

・コグトレ(ショート)  
・食育(バランスカードや料理カードで、バランスの良いメニューを選びレシピを持ち帰ろう!)

・ひとりだち訓練(ジャーマンポテト作り)or運動遊び(ジャンプ系運動)

・手話(いろいろな動作を表現しよう)  
・トレーニングすごろく(部屋全体を使ったすごろくで、マスのトレーニングにチャレンジしよう!)

・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!)

・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!)

・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!)

・ひと手間簡単おやつ作り  
・せんたくばさみレクリエーション(せんたくばさみを使って指先の器用さを高めよう!)

・ひと手間簡単おやつ作り  
・ふうせんバレー(相手チームに打ち返すルールを覚えよう!)

・ひと手間簡単おやつ作り  
・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)