

令和3年11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
	<ul style="list-style-type: none"> 卓球(バックハンドとフォアハンドでラリーを続けよう！) 手話(いろいろな動作を表現しよう) 	<ul style="list-style-type: none"> ひと手間簡単おやつ作り ドッチビー(コントロールを定めて正しいフォームで投げよう！) 		<ul style="list-style-type: none"> 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) 	<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！) 	
7	8	9	10	11	12	13
	<ul style="list-style-type: none"> 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！) 	<ul style="list-style-type: none"> ひとりだち訓練(びっくりドンキー風ハンバーグ作り) or 下半身強化レク(転倒等の怪我をしないように脚や体幹を鍛えよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ひとりだち訓練(びっくりドンキー風ハンバーグ作り) or ドッチビー(ゴールの的に入れよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> コグトレ(ショート) 応急手当講習・ロールプレイ(身近にあるもので怪我の応急手当を試みよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> 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！) 	
14	15	16	17	18	19	20
	<ul style="list-style-type: none"> ひと手間簡単おやつ作り ドッチビー(コントロールを定めて正しいフォームで投げよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> コグトレ(ショート) 体づくり運動(耳で聞いた情報から、手形・足形の色や形や位置を瞬時に目の動きで確認しながら、移動し全身を動かそう！) 	<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"> ひとりだち訓練(びっくりドンキー風ハンバーグ作り) or ボウリング(ルールを覚えて得点を競おう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ひとりだち訓練(びっくりドンキー風ハンバーグ作り) or リズム体操(音楽やかけ声に合わせて体を動かし、体の部位や左右を理解しよう！) 	
21	22	23	24	25	26	27
	<ul style="list-style-type: none"> ひとりだち訓練(びっくりドンキー風ハンバーグ作り) or 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！) 		<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(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"> コグトレ(ショート) 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！) 	
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>			
	<ul style="list-style-type: none"> コグトレ(ショート) ピアポン(ピンポン玉を使ったアメリカで大人気のゲームで、細かい力加減の調整を体験しよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ボールスポーツ(バスケットボールのドリブルからシュートの動作とルールをマスターしよう！) 				

