


令和4年6月 コンパス 全体プログラム(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>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>			1	2	3	4
			<ul style="list-style-type: none"> ・ひと手間簡単おやつ作り ・コーフボール(ドリブルなしのバスケットボール！パスをつないでシュートしよう！) 	<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"> ・公園遊び・スポーツ(フライングディスク・運動遊び等) 	
5	6	7	8	9	10	11
	<ul style="list-style-type: none"> ・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！) 	<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"> ・コグトレ(ショート) ・スピード・俊敏性・跳躍力のトレーニング(ミニハードル、ラダーを使った足の動きの練習等) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ひと手間簡単おやつ作り ・じゃんけんレクリエーション(全身や体の様々な部分を大きく動かしたじゃんけんで、体幹を鍛えよう！) 	
12	13	14	15	16	17	18
	<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"> ・季節の工作(ぴよんぴよんカエルを作って跳ばそう！) ・紙飛行機作り&飛ばし方練習 	<ul style="list-style-type: none"> ・ひと手間簡単おやつ作り ・卓球(バックハンドとフォア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 ・新聞レクリエーション(身近な物で遊具を作り、ドッチビー・ポッチャの力加減を調整してみよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ひと手間簡単おやつ作り ・トレーニングすごろく(みんなですごろくを作り、マスの目のトレーニングにチャレンジしよう！) 	
19	20	21	22	23	24	25
	<ul style="list-style-type: none"> ・ひと手間簡単おやつ作り ・なわとび・おおなわとび(連続でタイミング良く跳ぼう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・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！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・公園遊び・スポーツ(水てっぽう・運動遊び等) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ひとりだち訓練(タイピング練習、Word基礎練習) or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"> ・ひとりだち訓練(タイピング練習、Word基礎練習) or玉入れレクリエーション(チームで協力して玉入れをしよう！ボールを投げるトレーニングをしよう！) 	
26	27	28	29	30		
	<ul style="list-style-type: none"> ・ひとりだち訓練(タイピング練習、Word基礎練習) or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！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ひとりだち訓練(タイピング練習、Word基礎練習) orバランス・体幹のトレーニング(バランスチェア、トランポリン、平均台、リバーストーンズ渡り等) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ひとりだち訓練(タイピング練習、Word基礎練習) or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"> ・テニピン(段ボールやスポンジのラケットを使ってスポンジボールを打ち合おう！) 		