

令和4年9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
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;">  <div style="text-align: center;"> <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 TEL06-4866-6813</p> </div>  </div>						
				1	2	3
				<ul style="list-style-type: none"> ・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！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・コグトレ(ショート) ・テニピン(段ボールやスポーツのラケットを使ってスポンジボールを打ち合おう！) 	
4	5	6	7	8	9	10
<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"> ・コグトレ(ショート) ・風船レクリエーション(風船を使って空間認識力や体幹を鍛えよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・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) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ひとりだち訓練(辛くない麻婆豆腐作り) orリズム体操(耳から聞いた情報で体を動かすトレーニング) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ひとりだち訓練(辛くない麻婆豆腐作り) or新聞レクリエーション(新聞ポッチャ:コントロールと力加減の調整を身に付けよう！) 		
11	12	13	14	15	16	17
<ul style="list-style-type: none"> ・ひとりだち訓練(辛くない麻婆豆腐作り) 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(辛くない麻婆豆腐作り) orコグニサイズ(頭と体を同時に使おう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ひとりだち訓練(辛くない麻婆豆腐作り) 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"> ・コグトレ(ショート) ・工作(紙コップおもちゃてっぽう)&的当てゲーム 	<ul style="list-style-type: none"> ・公園遊び・スポーツ(ドッジボール・運動遊び等) 		
18	19	20	21	22	23	24
		<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、ラダーを使った足の動きの練習等) 	<ul style="list-style-type: none"> ・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"> ・防災教室・避難訓練(地震や火災、災害時の行動をウルトラクイズで学ぼう！防災散歩！) 		
25	26	27	28	29	30	
<ul style="list-style-type: none"> ・公園遊び・スポーツ(バスケットボール基礎動作・運動遊び等) 	<ul style="list-style-type: none"> ・タオルレクリエーション&しっぽとりゲーム(タオルを使って体の様々な部位を動かし、体幹を鍛えよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・コグトレ(ショート) ・卓球(サーブを打ってラリーを続けよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ひと手間簡単おやつ作り ・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 ・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！) 		