



令和5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	
 <p>※天候、体調等によりプログラムを変更させていただきます。</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
					<ul style="list-style-type: none"> 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！) 		
3	4	5	6	7	8	9	
<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"> コグトレ(ショート) ビアポン(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"> ひと手間簡単おやつ作り 柔道の基本動作 (受け身の動きをマスターし、けがをしにくい体の動きを身につけよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> コグトレ(ショート) 卓球(バックハントとフォアハント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 (新聞紙を使って脳を活性化させ、アハ体験を味わおう！) 			
10	11	12	13	14	15	16	
<ul style="list-style-type: none"> ひとりだち訓練(タイピング練習) 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"> ひとりだち訓練(タイピング練習) 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(タイピング練習) 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) orなわとび・おこなわとび(連続でタイミング良く跳ぼう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ひとりだち訓練(タイピング練習) orボールスポーツ(サッカーのリフティング・キックの基本動作を習得しよう！) 			
17	18	19	20	21	22	23	
		<ul style="list-style-type: none"> ひと手間簡単おやつ作り 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！) 	<ul style="list-style-type: none"> ひと手間簡単おやつ作り ダンス&リズム体操(見て聞いて考えながら体を動かし、柔軟性を高め、可動域を広げよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ひと手間簡単おやつ作り ラダートレーニング(ラダーを使って速く走る力や体を巧みに動かす力を身につけよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> コグトレ(ショート) プレルボール(腕を使ってボールを打つゲーム！ボールをワンバウンドさせて相手コートに入れよう！) 		
24	25	26	27	28	29	30	
<ul style="list-style-type: none"> ひと手間簡単おやつ作り ボールスポーツ(バットイング・ピッチング動作練習) 	<ul style="list-style-type: none"> ひと手間簡単おやつ作り めくってトライ(カード)に書かれたトレーニングにチャレンジしてゴールを目指そう！) 	<ul style="list-style-type: none"> 手話(自分について語ろう！) 卓球(バックハントとフォアハント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 ボールスポーツ(バレーボールのルールを覚えよう！サーブ練習での手足や体の使い方をマスターしよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ひと手間簡単おやつ作り 防災教室・避難訓練(防災クイズ、防災散歩！) 			