

令和6年4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
	<p>【半日外出行事】</p> <ul style="list-style-type: none"> 江坂公園(アスレチック遊具で体幹を鍛えよう！) ボードゲーム&脳トレ(視覚と手と脳を連動させ、思考力を鍛えよう！) 	<p>【半日外出行事】</p> <ul style="list-style-type: none"> 尼崎城址公園(アスレチック遊具で平衡性・敏捷性・巧緻性の調整力向上を目指す) アナログ遊び(手や指先を使って巧緻性アップ！) 	<p>【外出行事】</p> <ul style="list-style-type: none"> 大阪市舞洲障がい者スポーツセンター(センターの利用方法やボウリングや運動ルールを！) 	<p>【外出行事】</p> <ul style="list-style-type: none"> ダスキンミュージアム見学・ドーナツボールトッピング体験&びっくりドンキー外食体験&江坂公園(雨天の場合公園遊び中止) 	<p>【外出行事】</p> <ul style="list-style-type: none"> 舞洲緑地公園(様々な種類の滑り台で体幹を鍛え、全身運動で体力の向上を目指そう！)&スポーツアイランド散策 	
7	8	9	10	11	12	13
	<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"> コグトレ(ショート) ボウリング(ルールを覚えて得点を競う！) 	<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・投げる等の運動で巧緻性<体を思い通りに巧みに動かす>を高めよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ひと手間簡単おやつ作り 卓球(サーブを覚えて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 転がしドッジボール(ボールを転がして相手に当てよう！) 	
14	15	16	17	18	19	20
	<ul style="list-style-type: none"> ひとりだち訓練(タイピング練習「ローマ字入力で単語と文章を打ち込もう！」) or 有酸素運動(心肺機能を高めて、カロリーを消費しよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ひとりだち訓練(タイピング練習「ローマ字入力で単語と文章を打ち込もう！」) 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(タイピング練習「ローマ字入力で単語と文章を打ち込もう！」) or ストラックアウト(コントロールを定めて、正確に的に当てよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ひとりだち訓練(タイピング練習「ローマ字入力で単語と文章を打ち込もう！」) or 新聞レクリエーション(新聞紙を使って下半身の筋肉を強化しよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ひとりだち訓練(タイピング練習「ローマ字入力で単語と文章を打ち込もう！」) 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！) 	
21	22	23	24	25	26	27
	<ul style="list-style-type: none"> コグトレ(ショート) 卓球(サーブを覚えて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 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 歌詞イス取りゲーム(歌・曲の歌詞に指定の言葉が出てきたらイスに座る！動きながら聞いて体を素早く反応させよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ひと手間簡単おやつ作り うちわレクリエーション(うちわを使ってみんなで協力や対戦をして腕の筋肉を鍛えよう！) 	<ul style="list-style-type: none"> ひと手間簡単おやつ作り ドッチビー(コントロール良くゴールに入れたり、正確に的に当てよう！) 	
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きます。</p> <p style="text-align: center;">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"> ひと手間簡単おやつ作り 応急手当講習・ロールプレイ(けがの手当てに関するO×クイズ等) 					