

令和7年10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
※天候、ご体調等によりプログラムを変更 させていただきます。 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			1	2	3	4
			・おやつ作り(技術習得目標:春巻きの皮を使って、おかず系おやつに仕上げよう！) ・ショートコグトレ(認知機能強化トレーニング)	・おやつ作り(技術目標:生地をこねて、形を作る！) ・脳トレ・ボードゲーム・カードゲーム大会(脳を活性化させ、記憶力、思考力、想像力を育てよう！)	【訓練外出行事】 ・避難・消火訓練(淀川消防署消防隊員から、火災・災害時の避難と消火について、体験して学ぼう！)	
5	6	7	8	9	10	11
	・エアホッケー(台上・卓上それぞれで、駆け引きやフェイントを仕掛けながら、得点を競う。瞬発力、反射神経、操作能力を養う！)	・バッティング練習・壁ベースボールゲーム(瞬発力や動体視力、上半身、下半身の筋肉を鍛えよう！)	・有酸素運動(階段、トランポリン、エアロバイク、踏み台昇降、ジャンプロープ等々の運動で心肺機能と筋持久力を鍛えよう！)	・クレーンゲーム・UFOキャッチャー&トレーニング(トレーニングでコインをゲット！クレーンゲームで集中力と空間認識力を向上させよう！)	・公園遊び(なわとび・おおなわとび、運動遊び等：ジャンプと着地の繰り返しで、太ももやふくらはぎ等下半身の筋肉、肩や腕や体幹を鍛えよう！)	
12	13	14	15	16	17	18
		・バランス・体幹のトレーニング(リバーストーンやソフト平均台等を落ちずに渡り、バランス感覚・柔軟性・体幹・距離感・筋力を身に付けよう！)	・バスケットボール(基本動作を覚えて、ドリブル・パスを活用し、メンバーと協力しながらボールを運び、得点につなげよう！)	・自立課題&指先手先を使った運動遊び(自立課題や運動遊びで指先手先を使い、巧緻性と協調性を養う！) ・自重で筋力トレーニング	・ドッジボール(ボールを避ける、キャッチ、投げる動作で瞬発力や腕力をバランスよく鍛えよう)	
19	20	21	22	23	24	25
	・おやつ作り(技術習得目標:市販のお菓子やパンをアレンジしてひと手間加えたおやつに仕上げよう！) ・ショートコグトレ(認知機能強化トレーニング)	・ひとりだち訓練【🍷パンプキングラタン作り:ホワイトソース作りの技術習得】 or・じゃんけんボール反応ゲーム(素早く正しく動き、反射神経アップ！)	・ひとりだち訓練【🍷パンプキングラタン作り:ホワイトソース作りの技術習得】 or・ビジョントレーニング(視知覚トレーニング、視空間認知・左右区別、見た物の向きを捉える)	・ひとりだち訓練【🍷パンプキングラタン作り:ホワイトソース作りの技術習得】 or・お金の数え方・計算(両替、おつりの計算を覚えて日常生活に活かそう！)	・ひとりだち訓練【🍷パンプキングラタン作り:ホワイトソース作りの技術習得】 or・食育(食に関する知識と健全な食生活を実践する力を育む！)	
26	27	28	29	30	31	
	・ひとりだち訓練【🍷パンプキングラタン作り:ホワイトソース作りの技術習得】 or・ビジョントレーニング(視知覚トレーニング、視覚注意力・情報を見分ける)	・おやつ作り(技術目標:安全に包丁で食材を切る！) ・時計の読み方(時刻と時間を理解して、日常生活に役立てよう！)	・卓球(柔軟性や反射神経の向上、脳の活性化を促し、ゲームのルールを覚えよう！)	・コーンホール(ビーンバックを離れたホール(穴)に狙い入れ、得点を競う。集中力とコントロールを向上させよう！)	・季節のおやつ作り(ハロウィンお菓子作り🍬🍡🍬) 技術目標:かわいいデザインのお菓子に仕上げよう！)	