



# 11月プログラムカレンダー



1月		フロアボルダリング	前は床をクマで進んで行ったけど、今回は一味違うぞ！高い場所の恐怖に打ち克ち、クリア出来るか…？ 前庭覚やバランス感覚、肩甲骨の支持性の向上に繋がります。
2火		うんどうのひ	
3水		お楽しみデー	今日は祝日「文化の日」！何をするかは、みんなと来てからのお楽しみ♪
4木		全集中！サーキット	頭に寄せたお手玉を落とさない様に、そろーり、そろーり… バランス感覚や、緩急のある動きの練習を行います。
5金		思いっきり投げつけろ！	新聞紙を破る勢いで思いっきり投げてみよう！ 全力で身体を動かし、粗大運動の向上や、全身を強調する動きの基盤を作ります。
6土		ひっくり返し競争 箸掴みリレー	今日は身体を沢山動かそう！ 身体を大きく使う運動をした後に、細かい動作が必要な活動を行います。
7日		うんどうのひ	
8月		全集中！サーキット	頭に寄せたお手玉を落とさない様に、そろーり、そろーり… バランス感覚や、緩急のある動きの練習を行います。
9火		うんどうのひ	
10水		ペープサート ～おべんとうパス～	絵本「おべんとうパス」を知ってるかな？ 登場人物になりきりながら、元気良く返事をしてみよう！
11木		チーズクッキング	みんな大好きチーズを使って～…レッツ～モリモリ～♪ 調理器具の使い方や、調理への興味・関心の向上に繋がります。
12金		ダイナミック相撲大会	大人対子ども達！思いっきりぶつかって先生を倒せ！ 粗大運動を思いっきり行い、身体を正確に動かすための基盤を作ります。
13土		サツマイモを 掘りに行こう！	久しぶりの外出だ!!! 楽しんで公共のマナーや過ごし方を忘れないように!!! 皆でサツマイモ掘りを行います。自然と触れ合う楽しさにも繋がります。
14日		うんどうのひ	
15月		音楽遊び	みんな大好き音楽遊び！ 何をするかはお楽しみに★
16火		うんどうのひ	
17水		全集中！サーキット	頭に寄せたお手玉を落とさない様に、そろーり、そろーり… バランス感覚や、緩急のある動きの練習を行います。
18木		待て待て玉入れ	あれあれ、カゴが逃げていく？追いかけてながらボールを投げよう！ 力の調節、身体の協調性、空間認知力を高めます。
19金		味覚クイズ！	目隠しをして、どんな味がしたか当ててみよう！甘いかな？辛いかな？しょっぱいかな？ いろいろな物に挑戦してみよう！
20土		電話を掛けてみよう おやつクッキング	みんなの電話や公衆電話等を使って、電話を掛けてみよう！どこに、誰にかかるとかな…？ 電話のかけ方、会話の仕方を学びます。
21日		うんどうのひ	
22月		ダイナミック相撲大会	大人対子ども達！思いっきりぶつかって先生を倒せ！ 粗大運動を思いっきり行い、身体を正確に動かすための基盤を作ります。
23火		うんどうのひ	
24水		しおりを作ろう！	今年は何の秋…？そうだね、読書の秋だね！ オリジナルのしおりを作って、本を沢山読もう！
25木		音楽遊び	みんな大好き音楽遊び！ 何をするかはお楽しみに★
26金		全集中！サーキット	頭に寄せたお手玉を落とさない様に、そろーり、そろーり… バランス感覚や、緩急のある動きの練習を行います。
27土		押し引きリレー グラグラ橋チャレンジ	押す、引くで筋緊張を高めた後に、バランス感覚や集中力を使う活動を行います。 沢山身体を動かそう！
28日		うんどうのひ	
29月		〇〇工作	身近な物で工作をします。 見本と見比べて、見本通りに出来ているか確認しながら活動をしてみよう。
30火		うんどうのひ	

アイコン説明(※今後、追加・変更になる可能性もございます)		備考欄
	運動系プログラム。たくさん身体を動かす中で、運動能力の向上や、楽しく動かす術を学びます。	▼コロナ等やむを得ない状況により、内容が変更になる場合がございます。予めご了承下さい。 ▼汗を沢山掻きますので、 <b>水筒・お着換え・タオル</b> の持参を忘れずにお願致します。 ▼ <b>マスク</b> 等の持ち物に關しまして、今一度、「 <b>分かりやすい場所に</b> 」 <b>記名のご確認</b> をお願いします。マスク等無記名の場合は <b>こちらで処分させていただきます</b> ので、予めご了承下さい。 ▼13日(土)「サツマイモ掘り」は、別途、 <b>数百円程度の参加費用が掛かります</b> ので、予めご了承ください。詳細は後日お知らせ致します。
	作業系プログラム。道具の使い方の他、微細運動を通じて巧緻性を向上させたり、見通しを立てて活動を行えるよう取り組んでいきます。	<b>提出期限：10月18日(月)まで</b>
	感覚系プログラム。五感を感じて行う他、固有覚・前庭覚にもアプローチできる活動も行います。	みんと東大宮 住所:見沼区東大宮5-10-10セゾンハウス1階 TEL:048-680-1555 FAX:048-680-1556 アドレス:mint-eomiya@runwellness.co.jp
	社会体験プログラム。公共のマナー等を意識します	