

月案

2020年
1月号

社会福祉法人 一越会
ぱれっと
～Aグループ～

〒371-0016 前橋市城東町3-20-7
Tel.027-260-6888 Fax027-235-5801
代表 中原 映子
http://www.hitokoshi.org
E-mail: info@hitokoshi.org

今月のねらい

生体の生活リズムを整える。

◎朝の時間を快適に過ごしましょう。

・朝、窓を開け部屋の空気を入れ替えをし、少しずつ身体を動かすことで脳の活性化につながります。(①トイレ②着替え③布団の片づけをしながら④一日や学校に行く準備をする)

・朝食は一日のエネルギー源となる大切な食事です。バランスよく楽しい食事を心がけましょう。

◎健康に注意して、手洗いうがいをします。

風邪・感染症予防のため、家庭や学校等、外出から帰ってきたら、手洗い、うがいをしましょう。ぱれっとでも行ないます。

今月の運動

◎ 直立と直立状二足歩行

・四つ這いバランス

①ジャンプ(つま先を使って跳ぶ)

・持久走(10～15分間走)

②段差昇降(踏みしめる)

◎ 肩、腕を大きく使う運動

①バスケットボール(的・壁当て、その場でドリブル、両手を返してパス・シュート)

②綱引き(綱・タオルを握る、手繰り寄せ) ・タオル体操(腕上げ、腕回し)

今月の学習 / 微細・作業

◎学習・認識

①スケジュールを決める(計画、振り返り)

・ルールのある活動

②数量(数える、まとめる)

◎微細・作業

・書初め

①掃除用具、文房具、メモ帳づくり

・制作(紙づくり)

②日用品、紐通し、紙ちぎり

《今月の予定》

日	活動内容
1(水)	
2(木)	年始休み
3(金)	
4(土)	顔合わせ・初詣予定
5(日)	
6(月)	四つ這いバランス / 書初め / 目標を決める
7(火)	体づくり / バスケットボール(パス)
8(水)	段差昇降/①文房具②日用品/ルールのある活動
9(木)	体づくり / 綱引き
10(金)	ジャンプ / 音楽・ダンス
11(土)	
12(日)	
13(月)	
14(火)	段差昇降/紐通し/スケジュールを決める※調理①
15(水)	四つ這いバランス / 紙ちぎり / 数(まとめる)
16(木)	体づくり / 綱引き
17(金)	段差昇降 / 音楽・ダンス
18(土)	
19(日)	
20(月)	ジャンプ/掃除用具/スケジュールを決め※調理②
21(火)	体づくり / バスケットボール(ドリブル)
22(水)	綱引き / 紐通し / ルールのある活動
23(木)	体づくり / 綱回し(長縄跳び)
24(金)	四つ這いバランス / 音楽・ダンス
25(土)	
26(日)	
27(月)	段差昇降 / 制作 / スケジュールを決める
28(火)	体づくり / バスケットボール(的当て・シュート)
29(水)	四つ這いバランス/紙ちぎり/ルールのある活動
30(木)	体づくり / 綱引き
31(金)	ジャンプ / 音楽・ダンス

全体へお知らせ

☆来年度の更新・申し込みについて

来年度、引き続きぱれっと利用予定の方は、別紙の申込書を記入の上、12月14日までに書類の提出をお願い致します。また、活動内容の詳細については、事業計画等でお知らせいたします。ご確認の上ご協力お願い致します。

☆ 4日(土)は初詣予定です。

防寒着、お賽銭の準備をお願い致します。指導時間は9:00～13:00になります。

☆ 6日(月)は書初め予定です。

汚れてもいい服の準備をお願い致します。

☆ 7日(火)から通常活動時間(14:00～18:00)になります。

7日はサンアビ体育館での活動です。送迎はサンアビ体育館をお願い致します。

☆ 保護者会について

次回懇談会は1月8日(水)18:00～ぱれっと建物で行います。

☆ 中原先生によるお話し会について

日時:1月11日(金)11時～12時 場所:ぱれっと建物

テーマ:「乗り越えたい性の話」 参加費:1000円

☆ 14日(火)はサンアビ休館日です。

送迎はぱれっと建物をお願い致します。

☆ 14日(火)、20日(月)は軽調理を予定しています。

2つのグループに分かれて、軽調理を行ないます。

〈持ち物〉エプロン、バンダナ、マスク、タッパー、ハンカチ

※該当の日は直接、保護者様にお知らせいたします。

☆ 思い出制作について

○今年度の思い出制作では、はがきづくりを予定しています。いい作品が出来るように、練習を積み重ねていきたいと思っております。それに伴い、ご家庭で出る牛乳パック(2～3個)をお持ちいただきますよう、ご協力お願い致します。

○作ったはがきにスタンプで装飾をします。スタンプはダイソーにて子ども達各自で選び購入したいと思います。110円の準備をお願い致します。(日程は後日調整の上、お知らせいたします。)

月案

2020年
1月号

社会福祉法人 一越会
ぱれっとB

〒371-0016 前橋市城東町3-20-7
Tel.027-260-6888 Fax027-235-5801
代表 中原 映子
http://www.hitokoshi.org
E-mail: info@hitokoshi.org

今月のねらい

生体の生活リズムを整える。

◎役割を自覚し、果たす。

家庭の一員としての役割を話し合いで決め、毎日継続して出来る内容にします。自分の力で言うことで「役に立った」という自己肯定感や「自分がやらないとみんなが困る」という責任感を向上させます。命令、押し付けにならないように気をつけます。

◎体調を整える。(手洗い、うがいをする。)

風邪・感染症予防のため、家庭や学校等、外出から帰ってきたら、手洗い、うがいをしましょう。ぱれっとでも行います。

今月の運動

◎ 直立と直立状二足歩行

・②③足裏を使う(バランスボード、片足立ち)

・持久走(10～15分間走・20mシャトルランなど)・②③段差昇降(踏みしめる)

◎ 肩、腕を大きく使う運動

・綱引き ・①②ボール(キャッチボール) ・②③腕上げ

今月の学習 / 微細・作業

◎学習・認識

・①目標を立てやったことを箇条書きから文章で書く

・②③伝える(困ったことや自分の気持ちをことばや声で伝える)

・②分類 スーパーのコーナーごとに分ける(野菜、鮮魚、調味料など)

・②買い物(持ってきたお金の確認、メモを見ながら選ぶ、レシートを見て買ったもの・お釣りの確認)

◎微細・作業

・書初め(筆の持ち方、書き方、力加減)

・②③つまむ(紐縛り、ボタン、ジッパーなど)

・道具の使用(文房具、清掃道具など)

全体へお知らせ

☆来年度の更新・申し込みについて

来年度、引き続きぱれっと利用予定の方は、別紙の申込書を記入の上、12月14日までに書類の提出をお願い致します。また、活動内容の詳細については、事業計画等でお知らせいたします。ご確認の上ご協力お願い致します。

☆ 4日(土)は初詣予定です。

防寒着、お賽銭の準備をお願い致します。指導時間は9:00～13:00になります。

☆ 6日(月)は書初め予定です。

汚れてもいい服の準備をお願い致します。

☆ 7日(火)から通常活動時間(14:00～18:00)になります。

7日はサンアビ体育館での活動です。送迎はサンアビ体育館をお願い致します。

☆ 保護者懇談会

次回懇談会は1月10日(金) 18:00～ぱれっと建物で行います。宜しくお願い致します。

☆ 中原先生によるお話し会

日時:1月11日(金)11時～12時 場所:ぱれっと建物

テーマ:「乗り越えたい性(こころ)の話」参加費:1000円

☆1月14日(火)はサンアビ体育館が休館日です。

ぱれっとでの活動になります。送迎はぱれっと建物をお願い致します。

☆15日(水)は買い物へ行きます。

買い物へ行くお子さんには個別に直接お伝えをします。

☆29日(水)は調理を行いません。調理をするお子さんには個別に直接お伝えをします。

☆年度末の制作について

◎今年度はアクリルケースやフォトフレームにガラス絵の具で色付けして入れ物の制作をします。材料を買いに行きます。日程や金額は後日お知らせします。

《今月の予定》

日	活動内容
1(水)	
2(木)	年始休み
3(金)	
4(土)	顔合わせ・初詣・今年の抱負
5(日)	
6(月)	バランスボード/書初め/分類
7(火)	体づくり 持久走/綱引き
8(水)	片足立ち/つまむ/書く・分 ※書初め予備日
9(木)	シャトルラン/ボール・腕上げ
10(金)	腕上げ/分類/音楽 ※書初め予備日
11(土)	
12(日)	
13(月)	
14(火)	段差昇降/道具の使用/書く・分類 サンアビ休み
15(水)	腕上げ/つまむ/分類 買い物
16(木)	シャトルラン/ボール・腕上げ
17(金)	片足立ち/書く・分類/音楽(太鼓・だんべえ)
18(土)	
19(日)	
20(月)	腕上げ/つまむ/分類
21(火)	体づくり 持久走/綱引き
22(水)	段差昇降/道具の使用/書く・分類
23(木)	シャトルラン/ボール・腕上げ
24(金)	腕立て姿勢保持/分類/音楽(太鼓・だんべえ)
25(土)	
26(日)	
27(月)	片足立ち/つまむ/書く
28(火)	体づくり 持久走/綱引き
29(水)	腕立て姿勢保持/道具の使用(調理)/分類
30(木)	シャトルラン/ボール・腕上げ
31(金)	段差昇降/書く/音楽(太鼓・だんべえ)