

月案

2020年
2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。

◎朝食後は排便のリズムを作るためトイレに座る習慣をつけましょう。

睡眠中の深い眠りによって、腸の働きが活発になります。そして、朝には便がS状結腸に溜まっているため、少しの運動で便意が生じやすく、出やすくなります。

◎新しい学年(学校)に向けて準備をしましょう。

・次の日の予定を確認し、必要なものを自分で用意しましょう。

・家の手伝いをして、家族の役割を果たすことで、大人になるための学びとなります。

今月の運動

◎直立と直立状二足歩行

・腕立て姿勢保持

①ジャンプ(タイミングを合わせて跳ぶ)

・障害物運動(サーキット)

②立つ座る、スクワット、片足立ち

◎肩、腕を大きく使う運動

①バスケットボール(その場でドリブル、手首を返して壁当て・シュート)

②雑巾絞り、綱引き(手繰り寄せ)

・タオル、縄回し

今月の学習 / 微細・作業

◎学習・認識

①感想文(一日の振り返り、文章の組み立て)

・買い物学習(お金のやりとり)

②伝える(やりたいことや行き先を報告する)

◎微細・作業

・制作(紙づくり)

①掃除用具、メモ帳作り

・文房具

②雑巾こすり洗い、アイロンビーズ並べ等

全体へお知らせ

☆保護者会について

次回、保護者会は2月10日(月)18:00～ぱれっと建物で行います。

☆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えます。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。

☆雑巾について

雑巾入れ替えのため、雑巾二枚をお持ちください。

☆25日(火)はサンアビお休みです。

送迎はぱれっとにお願い致します。

☆あゆみの面談について

2月下旬より、あゆみの面談を行ないます。2月上旬より、面談希望日の用紙をお配りいたします。ご確認の上、記入をお願い致します。

☆中原先生によるお話し会について

2月に予定しているお話し会の日程に関しましては、現在中原先生と調整中です。

☆29日(土)はレクリエーションの予定です。

参加費、日程などの詳細は後日配布します。参加・不参加で希望を取ります。宜しくお願い致します。

《今月の予定》

日	活動内容
1(土)	
2(日)	
3(月)	腕立て姿勢保持/制作/スケジュールを決める
4(火)	体づくり / バスケットボール(ドリブル)
5(水)	タオル、縄回し / お金のやりとり / 音楽活動
6(木)	ルールのある活動 / 綱引き 買い物①
7(金)	ジャンプ / 掃除用具 / 音楽・ダンス
8(土)	
9(日)	
10(月)	立つ座る / 文房具 / スケジュールを決める
11(火)	
12(水)	腕立て姿勢保持/掃除用具/ルールのある活動
13(木)	障害物運動/バスケットボール(壁当て) 買い物②
14(金)	片足立ち / 制作 / 音楽・ダンス
15(土)	
16(日)	
17(月)	ジャンプ / メモ帳作り / スケジュールを決める
18(火)	体づくり / 綱引き、縄回し
19(水)	スクワット / 文房具 / 音楽活動
20(木)	ルールのある活動 / バスケットボール 買い物③
21(金)	タオル、縄回し / アイロンビーズ / 音楽・ダンス
22(土)	
23(日)	
24(月)	
25(火)	スクワット / 制作 / スケジュールを決める
26(水)	ジャンプ / メモ帳作り / ルールのある活動
27(木)	体づくり/綱引き、長縄跳び (買い物予備日)
28(金)	腕立て姿勢保持 / 文房具 / 音楽・ダンス
29(土)	

月案

2020年
2月号

社会福祉法人 一越会
ぱれっと

〒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。

◎入浴することで、交感神経と副交感神経の入れ代わりがしやすくなります。

入浴中は交感神経を刺激して快の情緒を刺激します。入浴の後は副交感神経が働き、入浴後眠りにつきやすくなります。洗髪や体を洗うことは古くなった皮膚の入れ替わりを援助します。体を洗うと皮膚だけでなく、表面についていた異物も洗い流すことができ、からだを清潔に保つこともできます。

◎体調管理をする。

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、かかと歩き)
・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の確認・見直し・再度目標を考える
・②③正しいことばで伝える・相手に伝える(困った時の伝え方)
・②分類:お金の種類・色分け、数字で揃えて分ける等
・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

・筆を使う(線を描く・色を塗る)
・②③つまむ(紐縛り、ボタン、ジッパーなど)

全体へお知らせ

☆保護者会について

次回、保護者会は2月10日(月)18:00～ぱれっと建物で行います。

☆思い出制作について

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。箱の使い道や入れ物のデザインを子どもが決め、ガラス絵の具を用いて装飾していきます。制作に使う、アクリルケースをダイソーへ買いに行きます。買い物の日程につきましては、個別にご連絡いたします。

☆雑巾について

雑巾入れ替えのため、雑巾二枚をお持ちください。

☆25日(火)はサンアビお休みです。

送迎はぱれっとにお願い致します。

☆あゆみの面談について

2月下旬より、あゆみの面談を行ないます。2月上旬より、面談希望日の用紙をお配りいたします。ご確認の上、記入をお願い致します。

☆中原先生によるお話し会について

2月に予定しているお話し会の日程に関しましては、現在中原先生と調整中です。

☆29日(土)はレクリエーションの予定です。

参加費、日程などの詳細は後日配布します。参加・不参加で希望を取ります。宜しくお願ひ致します。

日	活動内容
1(土)	
2(日)	
3(月)	バランスボード/目標の確認・見直し/色分け
4(火)	体カづくり 持久走/綱引き
5(水)	片足立ち/つまむ/目標の確認・見直し
6(木)	シャトルラン/キャッチボール/腕上げ
7(金)	ストレッチ/分類:お金/音楽 /制作を考える
8(土)	
9(日)	
10(月)	ストレッチ/キャッチボール/制作を考える
11(火)	
12(水)	腕上げ/綱引き/揃えて分ける/制作を考える
13(木)	シャトルラン/キャッチボール 買い物①
14(金)	片足立ち/分類/音楽 買い物②
15(土)	
16(日)	
17(月)	腕上げ/紐縛り、ジッパー/制作
18(火)	体カづくり 持久走/綱引き
19(水)	段差昇降/道具の使用/製作
20(木)	シャトルラン/持久走/制作
21(金)	腕立て姿勢保持/分類/音楽(太鼓・だんべえ)
22(土)	
23(日)	
24(月)	
25(火)	片足立ち/つまむ/目標の確認・見直し/制作
26(水)	腕上げ/綱引き/揃えて分ける
27(木)	体カづくり/綱引き、片足立ち・かかと歩き
28(金)	段差昇降/色分け・お金/音楽(太鼓・だんべえ)
29(土)	