

# 月案

2020年  
12月 A

社会福祉法人 一越会

## 系車

〒371-0016 前橋市城東町3-20-7

TEL027-260-6888 Fax027-235-5801

児童発達支援責任者 井上 裕太

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

☆朝食後には大便をする習慣をつけます

①毎朝トイレに行く習慣をつけましょう。②便座に前かがみで座り、ふんばりや腹圧がかかりやすくしましょう。③お腹に力を入れ腹式呼吸をしましょう。(お腹を軽く押すなどし、お腹に力を入れましょう)

☆お手伝いをしましょう

### 今月の運動

#### ◎抗重力筋を育てる。(直立と直立二足歩行の獲得)

- ・友だちと一緒に体を動かす(フープ渡し、ボールリレー)
- ・体幹を育てる(腹筋、四つ這いバランス・座布団バランス・片足T字バランス)
- ・肩甲骨、肩～腕を動かす(バンザイ体操・はにわ体操・なべなべ)
- ・戸外歩行

### 今月の認識学習 / 微細活動

#### ◎認識学習

- ・質問に答える(聞かれたことにこたえる、分からなくなってしまった時は確認をする)
- ・ことばと言葉の意味を知る
- ・数量(大小・長短・多少・重い、軽い)

#### ◎微細活動

- ・手や手首を使った動き(まとめる・巻く、結ぶ) ・年賀はがきづくり
- ・変化する素材を使った造形遊び(粘土、粉、紙、布、毛糸 等)

### 《今月の予定》

日	活動内容
1(火)	戸外活動・かるた / 楽器・音楽
2(水)	手押し車・集める / ルールのある遊び
3(木)	戸外歩行 / 集団遊び
4(金)	フープ渡し・巻く / だんべえ踊り・ダンス
5(土)	
6(日)	
7(月)	座布団バランス・製作 / 集団遊び
8(火)	なべなべ、腹筋 / 楽器・音楽
9(水)	梯子渡し・数量 / 集団遊び
10(木)	片足T字バランス・粘土 / 紙遊び
11(金)	ボール・しりとり / だんべえ踊り・ダンス
12(土)	
13(日)	
14(月)	戸外歩行・造形遊び / 集団遊び
15(火)	四つ這いバランス・クイズ / 楽器・音楽
16(水)	バンザイ体操・まるめる / 集団遊び
17(木)	綱引き・製作 / ルールのある遊び
18(金)	腹筋・文具 / たんべえ踊り・ダンス
19(土)	
20(日)	
21(月)	はにわ体操・粉遊び / 集団遊び
22(火)	戸外歩行 / ルールのある遊び
23(水)	引っ張りっこ・マッチング / ボール
24(木)	手押し車・洗濯物ほし / なかよし公園
25(金)	腹筋・造形遊び / 楽器・音楽
26(土)	お楽しみ会 / 13時降会
27(日)	
28(月)	大掃除・片付け / 13時降会
29(火)	年末休み
30(水)	年末休み
31(火)	年末休み

### 全体へお知らせ

#### ☆みんなのフェスタ作品展示のお知らせ

11月27日(金)～12月4日(金) 前橋市役所 1階 市民ロビーにて作品の展示を行います。  
糸車では「クリスマスツリー」をみんなで作りました。子ども達一人一人がツリーの飾りつけを行いました。お時間、ご興味がある方は、展示期間中にご覧ください。

#### ☆お楽しみ会のお知らせ

12月26日(土) 9時～13時までお楽しみ会を行います。  
お昼はセブンイレブン、JAファーマーズ、ガスト、ラセーナから自分たちで選び買いに行きたいと思います。お財布に500円を入れて持たせて下さい。  
登会日の児童に関しては9時～13時までの活動になります。

#### ☆冬休み活動時間変更について

12月28日より冬休み活動時間になります。  
下記の活動時間のご確認をお願い致します。

・12月28日(月)・・・9:00～13:00

・12月29日(火)～1月3日(日)・・・年末年始休み

・1月4日(月)・・・9:00～15:00

・1月5日(火)・・・9:00～15:00

・1月6日(水)・・・通常活動予定

※学校等で冬休みの期間が違う方は職員までお知らせ下さい。

#### ☆年賀状作成・投函について

年賀状を子ども達で制作し、投函したいと思います。  
財布に63円を入れ19日(土)までに職員までお願いいたします。  
※喪中の方がいらっしゃいましたら、職員までお知らせをお願い致します。

# 月案

2020年

12月B

社会福祉法人 一越会

## 糸車

〒371-0016 前橋市城東町3-20-7

TEL027-260-6888 Fax027-235-5801

児童発達支援責任者 井上 裕太

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

☆起床時間を6:30へ近づけましょう。

- ①～③の順番で行って自律起床に近づけます。
- ①カーテンを開けて日の光で部屋を明るくします。
- ②窓を開けて換気します。
- ③声をかけて目ざめられるようにします。

### 《今月の予定》

日	活動内容
1(火)	階段/楽器・音楽
2(水)	土の上を歩く/ルール遊び
3(木)	綱引き/公園遊具
4(金)	滑り台/だんべえ踊り・ダンス
5(土)	
6(日)	
7(月)	坂道を歩く/土の上を歩く
8(火)	年賀状作り/楽器・音楽
9(水)	手押し車/ルール遊び
10(木)	立つ座る/年賀状作り
11(金)	階段/だんべえ踊り・ダンス
12(土)	
13(日)	
14(月)	土の上を歩く/階段
15(火)	年賀状作り/楽器・音楽
16(水)	手押し車/ルールのある遊び
17(木)	公園遊具/年賀状作り
18(金)	立つ座る/だんべえ踊り・ダンス
19(土)	
20(日)	
21(月)	ロッククライミング/楽器・音楽
22(火)	年賀状作り/楽器・音楽
23(水)	手押し車/楽器・音楽
24(木)	キャッチボール/楽器・音楽
25(金)	ボール運び/だんべえ踊り・ダンス
26(土)	お楽しみ会
27(日)	
28(月)	大掃除
29(火)	年末休み
30(水)	年末休み
31(木)	年末休み

### 今月の運動

#### ◎抗重力筋を育てる。(直立と直立二足歩行の獲得)

- ・土の上、坂道を歩く・ロッククライミング・滑り台
- ・階段昇り降り
- ・立つ座る(スクワット)
- ・肩～腕～手を使った運動(・キャッチボール・手押し車、ボール運び、綱引き、とけい)

### 今月の認識学習 / 微細活動

#### ◎認識学習

- ・交通ルールを理解する(白線の内側を歩く、左右の確認、信号機を見てわたる)
- ・話しを聞く、自分の思いを伝える、相談する
- ・ルールのある遊び
- ・持ち物を決められた場所へ片付ける

#### ◎微細活動

- ・握る(ボール、綱、ロッククライミング)
- ・年賀状作り
- ・運ぶ(ボール、水が入ったバケツ)

### 全体へお知らせ

#### ☆みんなのフェスタ作品展示のお知らせ

11月27日(金)～12月4日(金) 前橋市役所 1階 市民ロビーにて作品の展示を行います。

糸車では「クリスマスツリー」をみんなで作りました。子ども達一人一人がツリーの飾りつけを作りました。お時間、ご興味がある方は、展示期間中にご覧ください。

#### ☆お楽しみ会のお知らせ

12月26日(土) 9時～13時までお楽しみ会を行います。

お昼はセブンイレブン、JAファーマーズ、ガスト、ラセーナから自分たちで選び買いに行きたいと思います。お財布に500円を入れて持たせて下さい。登会日の児童に関しては9時～13時までの活動になります。

#### ☆冬休み活動時間変更について

12月28日より冬休み活動時間になります。  
下記の活動時間のご確認をお願い致します。

・12月28日(月)・・・9:00～13:00

・**12月29日(火)～1月3日(日)・・・年末年始休み**

・1月4日(月)・・・9:00～15:00

・1月5日(火)・・・9:00～15:00

・1月6日(水)・・・通常活動予定

※学校等で冬休みの期間が違う方は職員までお知らせ下さい。

#### ☆年賀状作成・投函について

年賀状を子ども達で制作し、投函したいと思います。

財布に63円を入れ19日(土)までに職員までお願いいたします。

※喪中の方がいらっしゃいましたら、職員までお知らせをお願い致します。

#### ☆上着について

登会時、上着をハンガーに掛ける習慣を身につけられるように、ご家庭でもご協力をお願いします。

# 月案

2020年  
12月 C

社会福祉法人 一越会  
糸車

〒371-0016 前橋市城東町3-20-7  
TEL027-260-6888 Fax027-235-5801  
児童発達支援責任者 井上 裕太  
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	
・朝の快便の為に生活習慣を見直しましょう	
早起きの習慣とともに次のことを見直してみましょう。	
①	十分な睡眠(8～12歳の学童期は8～10時間の睡眠を目安にしています)
②	毎日同じ時間に便座に座りましょう
③	便通に良い繊維質を含んだ食物(野菜、海藻)
④	水をよく飲みましょう(一日の水分量=80ml×体重を目安にしています)

今月の運動	
◎抗重力筋を育てる。(直立と直立二足歩行の獲得)	
・戸外歩行、歩道橋、不安定な所(坂、土・石・草の上)を歩く、時間走(ペースを変えない)	
・固定遊具にぶら下がる	
・縄をたぐり寄せて引く(台に乗った友だちや大人を引く)	
・肩～腕～手を使う運動(ボールをつく、投げる、縄跳び…一人で跳ぶ、大人と跳ぶ)	
今月の認識学習 / 微細活動	
◎認識学習	
・交通ルールを理解する(戸外歩行出発前に、注意するところを話す)	
・伝える人を見て話す、話が分からないときは質問する	
・ことばの理解(比べる・上下左右・前後)、今何時? 何曜日? (時計、カレンダーを見る)	
◎微細活動	
・結ぶ(りぼん結び)	
・製作(折る、切る、巻く)、年賀状制作	

《今月の予定》	
日	活動内容
1(火)	時計/楽器・音楽
2(水)	立つ・座る・握る/りぼん結び/集団遊び
3(木)	戸外歩行/集団遊び
4(金)	縄跳び/毛糸遊び/だんべえ踊り・ダンス
5(土)	
6(日)	
7(月)	ボール遊び/ことば(比べる)
8(火)	カレンダー/楽器・音楽
9(水)	四つ這い姿勢保持/りぼん結び/集団遊び
10(木)	戸外歩行/集団遊び
11(金)	縄跳び/年賀状制作/だんべえ踊り・ダンス
12(土)	
13(日)	
14(月)	ボール遊び/ことば(上下左右)
15(火)	時計/楽器・音楽
16(水)	立つ・座る・握る/りぼん結び/集団遊び
17(木)	戸外歩行/集団遊び
18(金)	縄跳び/折り紙遊び/だんべえ踊り・ダンス
19(土)	
20(日)	
21(月)	ボール遊び/ことば(前と後ろ)
22(火)	カレンダー/楽器・音楽
23(水)	四つ這い姿勢保持/りぼん結び/集団遊び
24(木)	新聞紙遊び/集団遊び
25(金)	縄跳び/折り紙遊び/だんべえ踊り・ダンス
26(土)	お楽しみ会
27(日)	
28(月)	大掃除 13時降会
29(火)	年末休み
30(水)	年末休み
31(木)	年末休み

全体へお知らせ	
☆みんなのフェスタ作品展示のお知らせ 11月27日(金)～12月4日(金) 前橋市役所 1階 市民ロビーにて作品の展示を行います。 糸車では「クリスマスツリー」をみんなで作りました。子ども達一人一人がツリーの飾りつけを作りました。お時間、ご興味がある方は、展示期間中にご覧ください。	
☆お楽しみ会のお知らせ 12月26日(土) 9時～13時までお楽しみ会を行います。 お昼はセブンイレブン、JAファーマーズ、ガスト、ラセーナから自分たちで選び買いに行きたいと思います。お財布に500円を入れて持たせて下さい。 登会日の児童に関しては9時～13時までの活動になります。	
☆冬休み活動時間変更について 12月28日より冬休み活動時間になります。 下記の活動時間のご確認をお願い致します。	
・12月28日(月)・・・9:00～13:00 ・12月29日(火)～1月3日(日)・・・年末年始休み ・1月4日(月)・・・9:00～15:00 ・1月5日(火)・・・9:00～15:00 ・1月6日(水)・・・通常活動予定	
※学校等で冬休みの期間が違う方は職員までお知らせ下さい。	
☆年賀状作成・投函について 年賀状を子ども達で制作し、投函したいと思います。 財布に63円を入れ19日(土)までに職員までお願いいたします。 ※喪中の方がいらっしゃいましたら、職員までお知らせをお願い致します。	

# 月案

2020年  
12月 D

社会福祉法人 一越会  
糸車

〒371-0016 前橋市城東町3-20-7  
TEL027-260-6888 Fax027-235-5801  
児童発達支援責任者 井上 裕太  
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

☆8:30ごろに就寝しましょう

入浴後20分以内に布団に入ると入眠しやすくなります。

①入浴後は体温が急激に下がるので、湯冷めに注意する為に、20分以内に布団に入りましょう。

②入浴後にコップ1杯の水を飲みましょう。

③就寝前に落ち着いた時間を持ちましょう。

## 今月の運動

### ◎抗重力筋を育てる。(直立と直立二足歩行の獲得)

- ・戸外活動(友だちと一緒に歩く・固定遊具で運動を行なう)
- ・雑巾がけ、座布団競争、手押し車、引き起こし
- ・肩～腕～手を使った運動(鯉の滝のぼり、キャッチボール、玉入れ)

## 今月の認識学習 / 微細活動

### ◎認識学習

- ・登会後の流れを身につける(靴を脱ぐ→靴下を脱ぐ→靴を下駄箱にしまう→荷物をロッカーにしまう→手洗いうがい)
- ・話を聞く、ルールを守って活動する、報告をしてから行動に移す

### ◎微細活動

- ・タオルを干す・タオルをたたむ ・年賀はがき作り
- ・制作(ちぎる、のり貼り) ・あつめる、丸める(新聞紙、粘土)

## 《今月の予定》

日	活動内容
1(火)	座布団競争/楽器・音楽
2(水)	キャッチボール/集団遊び
3(木)	鯉の滝のぼり/ルールのある遊び
4(金)	座布団競争/だんべえ踊り・ダンス
5(土)	
6(日)	
7(月)	引き起こし/タオルたたみ
8(火)	手押し車/楽器・音楽
9(水)	玉入れ/集団遊び
10(木)	鯉の滝のぼり/ちぎる
11(金)	座布団競争/だんべえ踊り・ダンス
12(土)	
13(日)	
14(月)	キャッチボール/タオルたたみ
15(火)	戸外活動/楽器・音楽
16(水)	引き起こし/集団遊び
17(木)	座布団競争/あつめる、丸める
18(金)	手押し車/だんべえ踊り・ダンス
19(土)	
20(日)	
21(月)	引き起こし/タオルたたみ
22(火)	鯉の滝のぼり/楽器・音楽
23(水)	玉入れ/ちぎる
24(木)	座布団競争/ルールのある遊び
25(金)	戸外活動/だんべえ踊り・ダンス
26(土)	お楽しみ会
27(日)	
28(月)	大掃除
29(火)	年末休み
30(水)	年末休み
31(木)	年末休み

## 全体へお知らせ

### ☆みんなのフェスタ作品展示のお知らせ

11月27日(金)～12月4日(金) 前橋市役所 1階 市民ロビーにて作品の展示を行います。

糸車では「クリスマスツリー」をみんなで作りました。子ども達一人一人がツリーの飾りつけを行いました。お時間、ご興味がある方は、展示期間中にご覧ください。

### ☆お楽しみ会のお知らせ

12月26日(土) 9時～13時までお楽しみ会を行います。

お昼はセブンイレブン、JAファーマーズ、ガスト、ラッセーナから自分たちで選び買いに行きたいと思います。お財布に500円を入れて持たせて下さい。  
登会日の児童に関しては9時～13時までの活動になります。

### ☆冬休み活動時間変更について

12月28日より冬休み活動時間になります。

下記の活動時間のご確認をお願い致します。

・12月28日(月) … 9:00 ～ 13:00

・12月29日(火) ～ 1月3日(日) … 年末年始休み

・1月4日(月) … 9:00 ～ 15:00

・1月5日(火) … 9:00 ～ 15:00

・1月6日(水) … 通常活動予定

※学校等で冬休みの期間が違う方は職員までお知らせ下さい。

### ☆年賀状作成・投函について

年賀状を子ども達で制作し、投函したいと思います。

財布に63円を入れ19日(土)までに職員までお願いいたします。

※喪中の方がいらっしゃいましたら、職員までお知らせをお願い致します。