

月案

2021年

1月 A

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

☆夕食前～夕食後の過ごし方

①夕食前には手を洗いましょう②食事の用意の手伝いをしましょう。テーブルを拭きや配膳、一緒に食事を作ったり、お皿に盛りつけたりしましょう。③食事の片づけを手伝いましょう④食後は家族団らんの時間を持つようにしましょう。

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)

- ・つま先を使った運動(飛ぶ、幅跳び、)
- ・体幹を育てる(腹筋・手押し車)
- ・固定遊具(ジャングルジム、鉄棒、ブランコ、)

今月の認識学習 / 微細活動

◎認識学習

- ・聞く(かるた、しりとり、連想ゲーム)
- ・大小の比較(①どっちが大きい②1番大きいのはどれ③大きい順に並べよう)
- ・同じ、仲間分け

◎微細活動

- ・集める⇄すくう ・巻く、結ぶ
- ・変化する素材を使った活動(毛糸、マーブリング、スライム作り)

《今月の予定》

日	活動内容
1(金)	年始休み
2(土)	年始休み
3(日)	年始休み
4(月)	座布団競争・お正月遊び / 初詣
5(火)	戸外活動 / 楽器・音楽
6(水)	手押し車・集める⇄抄う / お買い物
7(木)	ジャンプ・連想ゲーム / 集団遊び
8(金)	腹筋・結ぶ / だんべえ踊り、ダンス
9(土)	
10(日)	
11(月)	成人の日
12(火)	幅跳び・まるめる⇄伸ばす / 楽器、音楽
13(水)	座布団競争・しりとり / 集団活動
14(木)	固定遊具 / 紙遊び
15(金)	ボール・巻く / だんべえ踊り・ダンス
16(土)	
17(日)	
18(月)	持ち上げる・スライム / 集団活動
19(火)	ジャングルジム・折り紙 / 楽器、音楽
20(水)	腹筋・比較 / ルールのある遊び
21(木)	戸外歩行 / 集団遊び
22(金)	手押し車・連想ゲーム / だんべえ踊り
23(土)	
24(日)	
25(月)	ジャンプ・マーブリング / 集団遊び
26(火)	フープ渡し・比較 / 楽器、音楽
27(水)	洗濯物干し・洗い / ルールのある遊び
28(木)	引っ張りっこ・制作 / 集団遊び
29(金)	固定遊具・仲間分け / だんべえ踊り
30(土)	
31(日)	

全体へお知らせ

☆4日(月)は、初詣に行きます。お賽銭の準備をお願いします。

☆6日(水)に、書き初めを入れる額を買いに行きます。

110円をお財布に入れて持たせて下さい。

(お金を財布に入れる前に親子で確認しましょう)

☆4日(月)、5日(火)に書き初めを行います。汚れても良い服装をお願い致します。

☆生活表のご提出をお願いします。

月案

2021年

1月B

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

☆起床時間を6:30へ近づけ自立起床につなげましょう。

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(部屋の空気が入れ替わるまで)。

③声をかけて目ざめられるようにします。

☆部屋の換気をし、風邪やコロナに負けない環境を作りましょう。

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)

・戸外歩行(土の上、坂道を歩く、滑り台)

・体幹を育てる(腹筋、ダンボールくぐり、階段・巧技台昇り降り、立つ座る)

・肩～腕～手を使った運動(キャッチボール、手押し車、綱引き、鉄棒のつばめ、水を運ぶ)

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(白線の内側を歩く、左右の確認、信号機を見てわたる)

・話を聞く、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、ジャングルジム)

・しぼる(雑巾、新聞)

・運ぶ(ボール)

《今月の予定》

日	活動内容
1(金)	年始休み
2(土)	年始休み
3(日)	年始休み
4(月)	お正月遊び/ 初詣
5(火)	戸外歩行/書き初め/楽器・音楽
6(水)	ジャングルジム/ルールのある遊び
7(木)	綱引き/輪投げ
8(金)	書き初め/だんべえ踊り・ダンス
9(土)	
10(日)	
11(月)	成人の日
12(火)	戸外歩行/楽器・音楽
13(水)	鉄棒/ルールのある遊び
14(木)	キャッチボール/階段
15(金)	滑り台/だんべえ踊り・ダンス
16(土)	
17(日)	
18(月)	立つ座る/キャッチボール
19(火)	ボール運び/楽器・音楽
20(水)	ジャングルジム/ルールのある遊び
21(木)	手押し車/ルールのある遊び
22(金)	重い物を運ぶ/だんべえ踊り・ダンス
23(土)	
24(日)	
25(月)	戸外歩行/階段
26(火)	重い物を運ぶ/楽器・音楽
27(水)	階段/ルールのある遊び
28(木)	キャッチボール/階段
29(金)	滑り台/だんべえ踊り・ダンス
30(土)	
31(日)	

全体へお知らせ

☆4日(月)は、初詣に行きます。お賽銭の準備をお願いします。

☆5日(火)8(金)に書き初めを行います。汚れても良い服装をお願い致します。

☆5日(火)12(火)に、書き初めを入れる額を買いに行きます。

110円をお財布に入れて持たせて下さい。

(お金を財布に入れる前に親子で確認しましょう)

☆生活表のご提出をお願いします。

月案

2021年

1月C

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

☆眠る前の過ごし方と室内光

①眠る前には穏やかな気持ちにします。②湯上りや就寝前に少し水を飲みましょう。③寝床に入ったら寝室は明かりを消して暗くしましょう。暗くなると睡眠を誘う働きを持つホルモン(メラトニン)の分泌が高まります。④部屋の電灯は全部消して出来るだけ暗くしてしまいましょう。⑤戸外から差し込む街灯の光や早朝の光の差し込みもカーテンなどで暗くして防ぎましょう。

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)

- ・戸外歩行、歩道橋、不安定な所を歩く(草や石のある場所)
- ・固定遊具で身体を引き寄せる
- ・机や水の入ったバケツを運ぶ、巧技台に乗った大人や友だちを引く
- ・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(からだ部位の名称)、しりとり、今何時?何曜日?(時計、カレンダーを見る)

◎微細活動

- ・結ぶ(かた結び)
- ・指先を使う作業(ストロービーズや紙粘土でネックレスをつくらう)

《今月の予定》

日	活動内容
1(金)	年始休み
2(土)	年始休み
3(日)	年始休み
4(月)	ボール運び競争/初詣
5(火)	書初め/楽器・音楽
6(水)	書初め・四つ這い姿勢保持/かた結び/集団遊び
7(木)	戸外歩行/集団遊び
8(金)	縄跳び/ストロービーズ遊び/だんべえ踊り・ダンス
9(土)	
10(日)	
11(月)	成人の日
12(火)	カレンダー/楽器・音楽
13(水)	立つ・座る・握る/かた結び/集団遊び
14(木)	戸外歩行/集団遊び
15(金)	縄跳び/紙粘土遊び/だんべえ踊り・ダンス
16(土)	
17(日)	
18(月)	固定遊具で体を引き寄せる/身体部位の名称/集団遊び
19(火)	時計/楽器・音楽
20(水)	四つ這い姿勢保持/かた結び/集団遊び
21(木)	戸外歩行/集団遊び
22(金)	縄跳び/紙粘土遊び/だんべえ踊り・ダンス
23(土)	
24(日)	
25(月)	固定遊具で体を引き寄せる/しりとり/集団遊び
26(火)	カレンダー/楽器・音楽
27(水)	立つ・座る・握る/かた結び/集団遊び
28(木)	戸外歩行/集団遊び
29(金)	縄跳び/ネックレスをつくらう/だんべえ踊り・ダンス
30(土)	
31(日)	

全体へお知らせ

☆4日(月)は、初詣に行きます。お賽銭の準備をお願いします。

☆20日(水)に、書き初めを入れる額をフレッシュデザイナーへ買いに行きます。

110円をお財布に入れて持たせて下さい。

(お金を財布に入れる前に親子で確認しましょう)

☆1日5日(小暮さん・田代さん)、1月6日(片平さん)に書き初めを行います。汚れても良い服装をお願い致します。

☆生活表のご提出をお願いします。

月案

2021年

1月D

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

☆朝の快便の習慣を身に付けましょう。

①毎朝トイレに行く習慣を身につける②便座に座り腹部に力を入れる③ストレスを少なく、日中の活動を楽しく過ごす④8:30頃就寝し、質の良い睡眠を確保する

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)

- ・公園で固定遊具で運動を行なう。(ジャングルジム、すべり台、ブランコ等)
- ・戸外歩行(距離を決めて歩く・友だちと一緒に歩く)
- ・座布団競争、手押し車、引き起こし、雑巾がけ
- ・肩～腕～手を使った運動(ぶら下がり、鯉の滝登り、荷物を運ぶ、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付ける(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、大人・友だちに伝える、集団で一緒に行動する

◎微細活動

- ・雑巾をこすり洗う、絞る ・タオルを干す、ピンチハンガーから外す、たたむ
- ・ちぎる(新聞紙、折り紙)、のり貼り

《今月の予定》

日	活動内容
1(金)	年始休み
2(土)	年始休み
3(日)	年始休み
4(月)	ぶら下がり/初詣
5(火)	鯉の滝登り/楽器・音楽
6(水)	座布団競争/集団遊び
7(木)	手押し車/ルールのある遊び
8(金)	玉入れ/だんべえ踊り・ダンス
9(土)	
10(日)	
11(月)	成人の日
12(火)	鯉の滝登り/楽器・音楽
13(水)	座布団競争/洗う・絞る
14(木)	戸外歩行/ルールのある遊び
15(金)	ぶら下がり/だんべえ踊り・ダンス
16(土)	
17(日)	
18(月)	引き起こし/タオルたたみ
19(火)	手押し車/楽器・音楽
20(水)	座布団競争/ちぎる
21(木)	鯉の滝登り/ルールのある遊び
22(金)	荷物運び/だんべえ踊り・ダンス
23(土)	
24(日)	
25(月)	玉入れ/タオルたたみ
26(火)	座布団競争/楽器・音楽
27(水)	手押し車/新聞紙ちぎり
28(木)	戸外歩行/ルールのある遊び
29(金)	鯉の滝登り/だんべえ踊り・ダンス
30(土)	
31(日)	

全体へお知らせ

☆4日(月)は、初詣に行きます。お賽銭の準備をお願いします。

☆6日(水)、7日(木)に、書き初めを入れる額を買いに行きます。

110円をお財布に入れて持たせて下さい。
(お金を財布に入れる前に親子で確認しましょう)

☆5日(火)、6日(水)に書き初めを行います。汚れても良い服装をお願い致します。

☆生活表のご提出をお願いします。