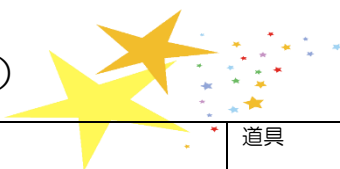


# ファイトクラブプログラム (例)



時間	5領域	活動内容	道具	留意点
13:30 入室、健康観察	健康 生活	順次入室 本児の様子、生活環境について記録及び聞き取り	用紙 筆記用具 机	保護者より、日々の様子や困り事等を聞きとり、アドバイスをしていく
13:40 ラジオ体操	運動 認知、行動	体を十分に温めほぐす。前にいるリーダーの動きを見て模倣する	CD テッキ スケジュール	隣の人にぶつからないよう、間隔をあけて行う ☆小学校低学年：リーダーの前に並んで行う
13:50 サーキット	運動 認知、行動、社会性	流れにのって、友だちとぶつからないよう順番を守って活動する	マット・ 板・輪・ロー プ	けがのないよう、また順番を守れるように見守る
14:00 ランニング	運動 認知、行動	自分のペースで最後まで休まないで走る。縄で示したトラックの傍を走る	縄	自分のペースでよいこと、できるだけ休まず走ることを伝える ☆小学校低学年：2周走る ☆小学校高学年以上：5周走ることを目標に走る。
14:10 ストレッチ	運動 コミュニケーション	保護者とペアになり体を伸ばす		それぞれの児童のできる範囲で体を伸ばせるよう支援。保護者にも介助の仕方や伸ばす部位を伝える ☆小学校低学年：リーダーの前に並んで行う
14:15 カラーボール	運動 社会性 コミュニケーション 認知、行動	カラーボールと紙コップを3個ずつ配る 児はそれぞれ足でボールを挟みコップに乗せる リーダーの指示したグループの児はボールをのせたコップを手に持ちボールと同じ色のフープへ運び、コップは1列に並べて置く（3個とも同じに行う） 5人ずつのチームに分かれ、フープの中のボールを紙コップの上に全部乗せていく。早く終わったチームの勝 ボールだけを広げたバルーンの上に寄せ、皆で持ち弾ませる。 児はバルーンから手を放し、周りに散らばったボールを拾いケースに入れる、全部拾い入れ終わったら終了とする	カラーボール 紙コップ バルーン	スタッフが児にコップとボールを配って回る出来るだけ色をばらばらにする 周りにぶつからないように間隔を取り行う 行ったり来たりの往復時に衝突しないように配慮する。 フープは体育館の床の目の添いまっすぐに並べる チームで協力し行う事が出来るように、支援する（各チームにスタッフがリーダーとして付き、作戦を決める） バルーンに乗せたら最初は児も持ち楽しみ、最後は大人だけで持ち、児は散らばったボールを拾い集めるように支援する
14:35 休憩	健康、生活	自分の荷物から水分を出し飲む		水分補給をすすめる 汗の処理やトイレ及び体を休める練習を行う
14:45 ダンス	運動、認知、行動	リズムにのり、ダンスを楽しむ	CD テッキ 	それぞれの児童なりの参加の仕方を楽しめるよう支援 ☆小学校低学年：リーダーの前で行う
14:50 歌	言語	プレゼント	CD テッキ 	覚えながら声を出し、楽しむ
14:55 行進	認知、行動 社会性	音楽に合わせて色々な歩き方をする（カニ歩き、後ろ歩き、ゆっくり歩きなど）。指示を見聞きして自分で動く。周りの人を意識して歩く	CD テッキ	自分のペースで、リーダーの指示に従って歩けるよう配慮する 走るのではなく歩くことを事前に伝える
15:00 縄跳び	運動 認知、行動	名前を呼ばれた順に、縄跳びと目標カードを取りに出る。 自分の目標にむけて頑張る	縄跳び 目標カード スタンプ	自分で目標を決め、毎回継続することを経験していく。達成感を味わえる様に支援する。
15:10 リレー	運動 釈迦性 認知、行動	最後まで走る。次に走る友達にタッチする	赤白ガムテ 数字カード バトン 	赤白ガムテープと数字カードで2チームに分かれる誰にタッチをするか、リレーの直前に確認する。 ☆小学校高学年以上の児童は次の友達確実にタッチできるように。
15:15 そうじ	社会性	年長児を中心にモップを使ってそうじをする。 (社会人が行う)	モップ 	日中一時利用者を中心にモップ掛けを行う
15:25 帰りの会	言語 コミュニケーション	楽しかったことを振り返る。できたこと、がんばったことを確認して自信に繋げる		プラスの声かけ（がんばったこと、できたこと）をばなして、自信に繋げる

公共施設利用のルールや体調確認について説明をしてから行う。

今後のファイトクラブの利用及び予約方法について再度説明をする。

(予約はファイトクラブ終了後の月曜日からとし、定員になり次第締切とする。)

コスモスの花

