

# 学 習 計 画 表

講座名：脳を若く保つゲーム

講師名：山下 美貴子

回	月日	曜日	学習主題	学習内容	受講生に準備 させたいもの	備考
1	6/8	月	ipadを使った『脳を若く保つゲーム』  (脳若トレーニング)	ipadの使い方の基礎、短期記憶トレーニング(6枚)、回想法、BB体操、書写、音読、簡単な指遊びなど	無	
2	6/22	月		短期記憶トレーニング(6枚)、口腔体操、コミュニケーションゲーム、脳若クイズ、洗濯機の変遷などの回想法		
3	6/29	月		短期記憶トレーニング(9枚)、脳若クイズ、BB体操、音読、アプリ(ビンゴゲーム)、肩回し、踵落としなどの運動		
4	7/13	月		短期記憶トレーニング(12枚)、口腔体操、コミュニケーションゲーム、脳若クイズ、暖房器具の変遷などの回想法		
5	7/27	月		短期記憶トレーニング(再生記憶6枚)、脳若クイズ、BB体操、音読、アプリ(動くぬりえ)、肩回し、踵落としなどの運動		

学習時間                      13時30分～15時30分

準備する物                    筆記用具

センター準備                コピー