

レクリエーション企画書

【実施日時】 年 月 日 (: ~ :)

【担当者】_____

【参加人数】_____名

【企画名】

ビニールシートボールイン

【レクリエーションの目的】

- ・協力してシートを操作することでチームワークを高める
- ・腕や体幹の運動を楽しく行う
- ・色分けされたボールを狙うことで判断力と集中力を養う

【レクリエーションの効果】

- ・上肢の筋力維持や動作をスムーズにする機能の促進
- ・複数人で協力することでコミュニケーション能力を強化
- ・色の識別と操作による認知機能・集中力の向上

【レクリエーションの内容】

- 1、ビニールシートに8個の穴を開け、赤と黄色のテープで色分けする。
- 2、参加者はシートの四隅と間の合計8か所に椅子で座り、シートの端を持つ。
- 3、スタッフが赤・黄色のピンポン玉をシートの中央に投げ入れる。
- 4、参加者はシートを協力して動かし、同じ色の穴にボールを入れるよう操作する。
- 5、ピンポン玉が全て入ったら終了し、達成度や時間を競う。

【実施中の注意点】

- ・力を入れすぎてシートを強く引っ張らないよう声掛けする
- ・ピンポン玉が床に落ちても慌てず続けられるよう説明しておく
- ・全員がバランスよく動かせるよう進行役が調整する

【リスク管理】

- ・椅子は安定したものを使用し、スタッフが後方から寄り添う
- ・ビニールシートが大きく揺れすぎないように、スタッフが全体の動きをコントロールする
- ・ピンポン玉が飛んで他の利用者に当たらないよう、スタッフが周囲を見守る

【必要物品】

- ・ビニールシート(穴を8つあけたもの、赤・黄色のテープで色分け)
- ・ピンポン玉(赤・黄色、複数個)
- ・椅子(8脚)

【動画】

