

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】

ボール釣り対決

【レクリエーションの目的】

- ・遊び感覚で腕や手を動かす
- ・ボールを狙うことで集中力を高める
- ・競争することで楽しみや盛り上がりを感じる

【レクリエーションの効果】

- ・釣り竿を操作することで、腕や肩の運動になる
- ・狙ったボールを釣ることで、目と手の協調性が高まる
- ・色を分けて箱に入れることで、頭の体操や整理する力が養われる

【レクリエーションの内容】

- 1、フラフープの中に赤・黄・緑のカラーボールをそれぞれ12個ずつ入れる
- 2、利用者はフラフープの周りに椅子に座り、各自の横にボールを入れる箱を準備する
- 3、釣り竿を用意する(新聞紙を棒状に丸め、先にタコ糸を結び、さらに紙コップと粘着面が表になるようにガムテープを付ける)
- 4、合図とともにボール釣りを始め、釣れたボールを自分の箱に入れていく
- 5、すべてのカラーボールを釣り上げる

【実施中の注意点】

- ・釣り竿を振り回さず、狙いを定めるように声かけする
- ・座った姿勢で無理なくできるように椅子の位置を調整する
- ・色分けや数え方を事前に説明し、わかりやすく進行する

【リスク管理】

- ・釣り竿が隣の人に当たらないように間隔を取る
- ・ボールを拾う際に無理な姿勢にならないよう、スタッフがサポートする
- ・転倒予防のため、スタッフが後方より付き添う

【必要物品】

- ・フラフープ(1個)
- ・カラーボール(赤・黄・緑 各12個程度)
- ・椅子(3脚以上)
- ・各利用者のボール入れ用の箱
- ・釣り竿(新聞紙、タコ糸、紙コップ、ガムテープで作成)

【動画】

