

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】

玉色分け対決

【レクリエーションの目的】

- ・色を認識して分けることで認知機能を刺激する
- ・柄杓を使うことで上肢の細かい動作を促す
- ・競争形式で楽しみながら集中力を高める

【レクリエーションの効果】

- ・手先の器用さや体の動きをスムーズにする力の向上
- ・色分け作業による注意力・判断力の活性化
- ・ゲーム感覚で取り組むことによる意欲と達成感の増大

【レクリエーションの内容】

- 1、向かい合って椅子に座る2人を用意する。
- 2、2人の間にテーブルを置き、赤色と青色の玉(新聞紙で丸めた物)を計40個程度並べる。
- 3、事前に「あなたは赤を集める」「あなたは青を集める」と担当色を決める。
- 4、柄杓を使って担当の色の玉だけを掬い、自分のかごに入れていく。
- 5、制限時間を設けて多く集める。チーム戦にしても楽しめる。

【実施中の注意点】

- ・玉を追いかけるために無理な前かがみにならないよう注意する
- ・柄杓を強く振って玉を飛ばさないよう声かけする
- ・手の動きが難しい方には柄杓を短めに持たせたり、代替の道具を用意する

【リスク管理】

- ・テーブルや椅子は安定したものを使用し、転倒を防ぐ
- ・柄杓やかごは軽い素材を選び、怪我につながらないようにする
- ・新聞紙の玉は大きめに作り、誤飲や誤って握りつぶすリスクを避ける

【必要物品】

- ・新聞紙の玉(赤色・青色あわせて40個程度)
- ・柄杓(なるべく軽いものを参加者人数分)
- ・かご(各自1つ)
- ・テーブル(膝の高さ程度)
- ・椅子(参加者人数分)

【動画】

