

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】

みんなで風船バウンド

【レクリエーションの目的】

- ・4人で協力して行うことで、自然に会話やコミュニケーションを増やす
- ・風船を扱うことで、体を無理なく動かしながら楽しめる
- ・風船を落とさず続ける達成感を味わい、自信や笑顔を引き出す

【レクリエーションの効果】

- ・紐を引っ張る動作で、手や腕の力の調整が鍛えられる
- ・チームで協力することで、相手に合わせる力や協調性が育つ
- ・風船を目で追って操作することで、集中力や目と手の連携が高まる

【レクリエーションの内容】

- 1、段ボールを直径30～40cmの円形に切り、中心から放射線状に8か所穴をあける。
- 2、その穴に紐を通し、持ち手を作る。
- 3、利用者4人が十字に向かい合って座り、それぞれ紐を2本ずつ持つ。
- 4、スタッフが風船を段ボールの上に落とす。
- 5、利用者は声を掛け合いながら紐を引いて調整し、風船をバウンドさせて続ける。

【実施中の注意点】

- ・紐を急に強く引っ張らないように声掛けする
- ・風船が遠くに飛ばないように、周囲のスペースを確保しておく
- ・できなくても笑い合える雰囲気を大切に、プレッシャーを与えない

【リスク管理】

- ・段ボールの紐が外れないよう、事前に強度を確認する
- ・風船が割れたときに驚く人がいないよう、事前に説明しておく
- ・疲れた利用者には、すぐ交代や休憩を取れる体制を整える

【必要物品】

- ・円形段ボール
- ・紐 8本
- ・風船(予備を含めて複数)
- ・椅子(利用者人数分)

【動画】

