

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】

スイカ入れゲーム

【レクリエーションの目的】

- ・楽しみながら腕を動かすこと
- ・集中して狙う力を養うこと
- ・成功したときの達成感を味わうこと

【レクリエーションの効果】

- ・腕や手の運動になり、体をほぐせる
- ・的を狙うことで集中力や注意力が高まる
- ・みんなで応援することで会話や笑顔が増える

【レクリエーションの内容】

- 1、自動縄跳び機の上に段ボール製の円盤を設置し、真ん中に穴をあけて準備する
- 2、穴の大きさに合ったビーチボールを用意する
- 3、利用者は装置から2～3m離れた椅子に座る
- 4、スタッフがビーチボールを渡し、利用者は穴めがけてボールを投げる
- 5、入ったらみんなで拍手し、得点や回数を競ってもよい

【実施中の注意点】

- ・力の加減が難しい人には距離を近くするなど調整すること
- ・順番待ちの人が飽きないように、応援を促すこと
- ・強く投げすぎて周囲に当たらないよう見守ること

【リスク管理】

- ・自動縄跳び機や段ボールが動かないようにしっかり固定する
- ・転倒防止のため、利用者は必ず椅子に座って行う
- ・ボールが顔や体に当たってもケガにならないよう、柔らかいビーチボールを使用する

【必要物品】

- ・自動縄跳び機
- ・段ボール(円盤用)
- ・ビーチボール
- ・椅子(利用者分)

【動画】

