

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】

ココロ迷路ポート

【レクリエーションの目的】

- ・2人で協力して行うことで、自然と会話や笑顔が生まれる
- ・手や腕を使い、体を動かしながら楽しめる
- ・集中して取り組むことで気持ちの切り替えや達成感を味わえる

【レクリエーションの効果】

- ・腕や手首の運動になり、体を動かすきっかけになる
- ・相手と声を掛け合うことでコミュニケーションが深まる
- ・「ゴールできた！」という達成感で自信や意欲が高まる

【レクリエーションの内容】

- 1、段ボールにホースで簡単な迷路を作り、途中に穴をあけ、四方をプールスティックで囲んで準備する
- 2、利用者2人が向かい合い、段ボールの長辺に付けたプールスティックを持つ
- 3、スタッフがスタート地点にピンポン玉を置く
- 4、2人で声を掛け合いながら段ボールを傾け、穴に落とさないようにゴールまで玉を誘導する

【実施中の注意点】

- ・段ボールを急に傾けすぎないように声掛けをする
- ・玉が穴に落ちて「また挑戦してみよう」と楽しく続けられる雰囲気を作る
- ・力を入れすぎて腕や肩に負担がかからないようにする

【リスク管理】

- ・段ボールやプールスティックが外れてケガをしないよう事前に確認する
- ・利用者が体をひねりすぎたり、腕を上げすぎないように姿勢をチェックする
- ・ピンポン玉が落ちた場合は、すぐにスタッフが回収する

【必要物品】

- ・長方形の段ボール
- ・プールスティック(周囲のガード用)
- ・ホース(迷路の仕切り用)
- ・ピンポン玉
- ・椅子(利用者分 2脚)

【動画】

