

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】

紙コップシューター対決

【レクリエーションの目的】

- ・手や腕を動かすことで自然な運動につながる
- ・得点を狙うことで集中力を養う
- ・一緒に競うことで交流や盛り上がりが見られる

【レクリエーションの効果】

- ・腕や手の動きが増え、リハビリにつながる
- ・「入った!」「惜しい!」と声が出て会話が増える
- ・点数を競うことで楽しみながら頭の活性化にもなる

【レクリエーションの内容】

- 1、壁際の床に10点のかごを2個置く
- 2、10点のかごの間にキャスター付きの高いかごを50点として2個、その上に100点のかごを1個乗せる
- 3、利用者は壁から3~4m離れた位置に横一列に3人座る
- 4、利用者には紙コップと風船で作ったピンポン玉の発射装置を渡す
- 5、足元にピンポン玉の入ったかごを準備する
- 6、スタッフの合図で利用者はピンポン玉を発射装置に入れ、点数付きのかごを狙って飛ばす

【実施中の注意点】

- ・無理に力を入れすぎないように声をかける
- ・玉を拾うときに転倒しないよう、スタッフが対応する
- ・かごの距離や高さは利用者の体力に合わせて調整する

【リスク管理】

- ・ピンポン玉が散らばったらすぐにスタッフが回収し、転倒を防ぐ
- ・発射装置を顔に向けないよう事前に説明する
- ・キャスター付きかごは動かないように固定する

【必要物品】

- ・紙コップ(底を切り抜く)
- ・風船(発射装置用で紙コップに固定する)
- ・ピンポン玉(多め)
- ・かご(10点×2、100点×1、ピンポン玉用)
- ・キャスター付きの背の高いかご(50点×2)
- ・テープや紙(点数表示用)
- ・椅子(利用者3人分)

【動画】

