

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】

背中合わせボールキャッチ

【レクリエーションの目的】

- ・2人で協力して遊ぶことで交流を深める
- ・ボールを投げたり受けたりして体を自然に動かす
- ・うまくキャッチできたときに達成感を味わう

【レクリエーションの効果】

- ・新聞紙ボールを投げることで腕や肩の運動になる
- ・かごでキャッチすることで集中力や反応力が高まる
- ・ペアで挑戦することでコミュニケーションが生まれる

【レクリエーションの内容】

- 1、椅子を背中合わせに準備し、利用者2人が座る
- 2、1人は新聞紙ボール(10個)が入ったバケツを持ち、もう1人はかごを持つ
- 3、スタートの合図で、ボール係の人が後ろ向きのままボールを投げる
- 4、かご係の人は飛んでくるボールをキャッチする
- 5、キャッチできた数を数え、ペアの記録とする

【実施中の注意点】

- ・投げるときに強く投げすぎないように声かけする
- ・椅子の位置を調整し、無理のない距離で行う
- ・キャッチできなくても笑って楽しめる雰囲気をつくる

【リスク管理】

- ・ボールが床に散らばったらすぐにスタッフが拾い、転倒を防ぐ
- ・椅子が動かないように安定した場所で実施する
- ・かご係の方は動きが大きくなることもあるため、スタッフが横につき添う

【必要物品】

- ・椅子(2脚)
- ・かご(1個)
- ・新聞紙ボール(10個)
- ・バケツ(ボールを入れる用)

【動画】

