

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】

射的

【レクリエーションの目的】

- ・的を狙うことで集中力を高める
- ・腕や手を動かして自然な運動を促す
- ・遊び感覚で楽しみながら達成感を味わう

【レクリエーションの効果】

- ・射的の動作で腕や肩の運動になる
- ・的を狙うことで目と手の協調性が向上する
- ・紙コップが倒れることで達成感や爽快感が得られる

【レクリエーションの内容】

- 1、壁際に細長いテーブルを設置し、その上に紙コップをタワー状に横長に並べる
- 2、利用者は3～5m離れた位置に椅子で待機し、前のテーブルに射的用の矢を置いておく
- 3、スタートの合図で一斉に射的を行い、紙コップタワーを狙って倒す
- 4、倒れた紙コップの数で得点を決め、合計点を競う

【実施中の注意点】

- ・矢を撃つときに周囲の人に向けないよう声かけする
- ・無理のない距離で挑戦できるように調整する
- ・倒れた紙コップはスタッフが素早く回収し、次の挑戦に備える

【リスク管理】

- ・矢が飛びすぎて周囲に当たらないよう、射的の範囲を区切る
- ・スタッフは安全のために利用者のそばに付き添う
- ・利用者が立ち上がらずに遊べるよう進行する

【必要物品】

- ・細長いテーブル(的を設置する用)
- ・椅子(参加人数分)
- ・利用者用の前テーブル
- ・紙コップ(タワー用、複数個)
- ・射的セット(安全なもの)

【動画】

