

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】

コロコロストップ紙コップ

【レクリエーションの目的】

- ・紙コップを転がすことで腕を動かす
- ・狙った場所に止めることで集中力を高める
- ・得点を競いながら楽しむ

【レクリエーションの効果】

- ・うちわを使って紙コップを転がすことで手や腕の運動になる
- ・力加減を調整することで考える力が鍛えられる
- ・得点を通じて会話や盛り上がり生まれる

【レクリエーションの内容】

- 1、長テーブルを準備し、片方の短辺に利用者が椅子に座って待機する
- 2、テーブルの反対側にカラーテープで4本線を引き、手前から10点、20点、50点、100点と点数をつける
- 3、紙コップを2個準備し、底と底を合わせて1つにする
- 4、スタッフの合図で、利用者はうちわを使って紙コップを転がす
- 5、紙コップが止まった線の位置で得点を決める
- 6、5回繰り返して合計点を出す

【実施中の注意点】

- ・紙コップを強く打ちすぎないように声をかける
- ・力加減が難しい人にはスタッフがサポートする
- ・得点が入らなくても楽しく続けられるよう雰囲気をもたせる

【リスク管理】

- ・紙コップがテーブルから落ちた際はスタッフがすぐに拾う
- ・うちわを勢いよく振りすぎて肩や腕を痛めないように注意する
- ・転がす距離や点数ラインを、利用者の体力や能力に合わせて調整する

【必要物品】

- ・長テーブル
- ・紙コップ(2個で1セット)
- ・うちわ(参加人数分)
- ・カラーテープ(得点ライン用)
- ・椅子(参加人数分)

【動画】

