

# 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】

シーソーキャッチボール

## 【レクリエーションの目的】

- ・足を使って体を動かす
- ・ボールをキャッチして手を動かす
- ・みんなで協力して楽しむ

## 【レクリエーションの効果】

- ・足で踏む動作が下肢の運動になる
- ・ボールを狙ってキャッチすることで目と手の連動が促される
- ・協力プレイを通じて笑顔や会話が増える

## 【レクリエーションの内容】

1. 利用者が2人横に並んで椅子に座り、その前に段ボールで作ったシーソーを置く
2. シーソーにはボールをのせる場所を作り、反対側を足で踏むことでボールが浮くようにする
3. スタッフが順番にカラーボールをシーソーにのせる
4. 利用者は足で踏んでボールを浮かせる
5. シーソーの横に座った利用者が帽子を持って待機し、浮いたボールを帽子でキャッチする
6. キャッチしたボールはかごに入れ、繰り返して楽しむ

## 【実施中の注意点】

- ・ボールが思わぬ方向に飛ぶことがあるので、周囲の安全を確認する
- ・足を強く踏みすぎないように声かけする
- ・キャッチが難しい人にはスタッフがそばでサポートする

## 【リスク管理】

- ・シーソーがずれた時はスタッフが修正する
- ・帽子でボールを取るときに腕を伸ばしすぎて転倒しないよう注意し、スタッフがそばに付き添う
- ・ボールが利用者に当たっても安全なように、柔らかい素材のボールを使用する

## 【必要物品】

- ・段ボールで作ったシーソー
- ・カラーボール(複数個)
- ・帽子(キャッチ用)
- ・かご(ボール入れ用)
- ・椅子(参加人数分)

## 【動画】

