

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】

ローリングボーリング

【レクリエーションの目的】

- ・体を大きく動かして楽しむ
- ・狙いを定めて集中する
- ・みんなで応援しながら盛り上がる

【レクリエーションの効果】

- ・輪を転がす動作で腕や体幹の運動になる
- ・的を狙うことで集中力や判断力を養う
- ・成功した時にみんなで喜びを共有できる

【レクリエーションの内容】

- 1、プールスティックを2本つなげて大きな輪を作る
- 2、利用者は椅子に座って待機する
- 3、5～10mほど離れた位置に発泡スチロールブロックを縦に3個積み上げて準備する
- 4、スタッフの合図で利用者が輪を転がし、ブロックを狙って倒していく(立位が安定している人は立位でも可)
- 5、倒れたブロックの数や回数を競ったり、成功回数を楽しむ

【実施中の注意点】

- ・輪を転がす際に勢いが強すぎないように声をかける
- ・ブロックを立て直す際はスタッフが行き、安全を確保する
- ・参加者同士で応援や拍手を促し、場を盛り上げる

【リスク管理】

- ・輪を転がす人のそばでスタッフが転倒予防のために付き添う
- ・輪が途中で倒れても安全のように、軽い素材(プールスティック)を使用する
- ・転がす距離を利用者の体力に合わせて調整し、無理のない範囲で実施する

【必要物品】

- ・プールスティック(2本、輪を作る用)
- ・発泡スチロールブロック(3個以上)
- ・椅子(参加人数分)

【動画】

