

## 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】

みんなでひも引きボール運び

### 【レクリエーションの目的】

- ・協力して1つの目標を達成し、チームワークを高める
- ・遊びながら頭と手を一緒に使って考える力を養う
- ・達成感や笑顔を引き出し、楽しい雰囲気を作る

### 【レクリエーションの効果】

- ・ひもを引くことで腕や手先の運動になる
- ・バランスを考えながら調整することで集中力が高まる
- ・参加者同士で声をかけ合い、自然な交流が生まれる

### 【レクリエーションの内容】

- 1、フロアにカラーテープで簡単な迷路を作成する
- 2、トイレtpペーパーの芯にテニスボールをのせ、芯の下に3か所紐を通しておく
- 3、利用者3人がゴール前・左右に座り、それぞれ紐を持つ
- 4、スタート地点からトイレtpペーパーの芯にテニスボールをのせたものを迷路に入れ、スタッフの合図でゲームスタート
- 5、3人で声をかけ合いながら紐を調整し、ボールをゴールまで運ぶ

### 【実施中の注意点】

- ・紐を急に引かず、ゆっくりと調整するよう声かけを行う
- ・迷路はシンプルにして、成功体験を得やすくする
- ・難しいそうな場合はスタッフが一緒に手伝う

### 【リスク管理】

- ・ボールが床に落ちても危なくないように柔らかい素材を使用する
- ・疲労や集中が続かない場合は途中で休憩を入れる
- ・利用者のそばで転倒予防のためにスタッフが付き添う

### 【必要物品】

- ・トイレtpペーパーの芯(1本)
- ・テニスボール(1個)
- ・長めの紐(3本、各3~5m程度)
- ・カラーテープ(迷路作成用)
- ・椅子(利用者3人分)

### 【動画】

