

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】

ココロボール迷路

【レクリエーションの目的】

- ・2人で協力してゴールを目指すことで、コミュニケーションを深める
- ・手や腕を使ってフラフープを操作し、力加減を工夫する
- ・ボールをゴールに入れる達成感を味わう

【レクリエーションの効果】

- ・腕や手の動きをコントロールする練習になる
- ・相手と息を合わせることで協調性が養われる
- ・「ボールを落とさずにゴールへ」という集中力が高まる

【レクリエーションの内容】

1. フラフープの内側に段ボールで簡単な迷路を作り、中央にゴールを作る
2. テーブルの上にフラフープを置き、利用者2人が向かい合って椅子に座り、両手でフラフープを持つ
3. スタッフがピンポン玉を迷路の外側から入れる
4. 利用者は協力しながらフラフープを傾け、ピンポン玉を転がしてゴールまで運ぶ
5. 制限時間を決めたり、何回成功できるかを競うと盛り上がる

【実施中の注意点】

- ・急にフラフープを傾けるとボールが迷路から落ちるので、ゆっくり動かすように声かけする
- ・息が合わないと進まないため、焦らず楽しめる雰囲気を作る
- ・ピンポン玉が飛び出した場合、スタッフがすぐに回収する

【リスク管理】

- ・転倒予防のためにスタッフが後方から寄り添う
- ・疲れた場合は交代しながら無理なく参加できるようにする
- ・フラフープや段ボールの固定が外れていないか事前に確認する

【必要物品】

- ・フラフープ(1つ)
- ・段ボール(迷路用)
- ・棒(フラフープに段ボールを留める用)
- ・テーブル
- ・ピンポン玉(数個)
- ・椅子(利用者2人分)

【動画】

