

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】

クモの巣キャッチャー

【レクリエーションの目的】

- ・狙って投げることで、集中力や判断力を高める
- ・腕や肩を動かして、体を元気に保つ
- ・色を合わせて投げることで、楽しみながら頭の体操になる

【レクリエーションの効果】

- ・腕や肩をしっかり使うことで、筋力維持につながる
- ・「当たった！くっついた！」という喜びで笑顔や会話が增える
- ・色とフラフープを一致させることで、考える力や注意力を養う

【レクリエーションの内容】

- 1、フラフープに放射状に6本の粘着テープを表向きに貼り、クモの巣のようにする。
- 2、そのフラフープを天井から吊り下げ、4種類の高さ(赤・黄・青・緑)に設置する。
- 3、利用者は椅子に座り、手元のかごにあるカラーボール(赤・黄・青・緑)を持つ。
- 4、同じ色のフラフープを目指して、粘着テープに向かってボールを投げる。
- 5、くっついたボールの数を競って、楽しむ。

【実施中の注意点】

- ・無理に遠くへ投げないようにし、届きやすい距離にフラフープを設置する
- ・色がわかりにくい方にはスタッフが声でサポートする
- ・投げる順番を決めて、周囲の人にボールが当たらないようにする

【リスク管理】

- ・フラフープの吊り下げが外れないよう、しっかり固定する
- ・床にボールが散らばった場合はスタッフがすぐに拾う
- ・粘着テープの粘着力を事前に確認する

【必要物品】

- ・フラフープ(4本)
- ・粘着テープ(強すぎないもの)
- ・カラーボール(赤・黄・青・緑、各色複数)
- ・吊り下げ用の紐
- ・椅子(必要人数分)
- ・かご(ボール入れ用)

【動画】

