

## 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】

ココロエレベーター

### 【レクリエーションの目的】

- ・2人で協力して操作することで、自然に会話や交流を増やす
- ・紐を調節する動作で、腕や手の動きをなめらかにする
- ・ボールをゴールに導く過程で集中力や工夫する力を養う

### 【レクリエーションの効果】

- ・左右の紐を引く動作で腕や肩の筋力維持につながる
- ・「ゴールに入った！」という達成感で気持ちが明るくなる
- ・協力して行うことで、チームワークや笑顔が増える

### 【レクリエーションの内容】

- 1、段ボールに等間隔で、カラーボールより一回り大きい穴をあける。
- 2、一番上にゴール用の穴を1つあけ、段ボールをホワイトボードに固定する。
- 3、その前に段ボールで「エレベーターの装置」を作り、左右をひもで吊るして天井の滑車に通す。
- 4、エレベーターを一番下まで下げておき、スタッフが装置の上にカラーボールを置く。
- 5、2人の利用者が椅子に座って紐を持ち、協力しながら高さを調整して、ボールを途中の穴に落とさないようにゴールまで導く。

### 【実施中の注意点】

- ・紐を急に引かないように声をかけ、ゆっくり動かすよう促す
- ・協力できるよう、声かけや合図をしながら行う
- ・失敗しても盛り上がるようにスタッフがフォローする

### 【リスク管理】

- ・滑車やひもが外れないよう、しっかり固定する
- ・ボールが落ちた場合はスタッフがすぐに回収する
- ・利用者がミスしても落ち込まないよう、笑いや応援が出る雰囲気を作る

### 【必要物品】

- ・段ボール(穴あけ用・装置用)
- ・カラーボール(複数)
- ・ホワイトボード(段ボール固定用)
- ・滑車(天井に設置)
- ・ひも(左右用)
- ・椅子(利用者2脚)

### 【動画】

