

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】

ボーリングピンキャッチ

【レクリエーションの目的】

- ・チームで協力して遊ぶことで仲間とのつながりを深める
- ・手と目を使って集中力を高める
- ・楽しく挑戦することで達成感を得る

【レクリエーションの効果】

- ・紐を引いたり緩めたりすることで手の動きや力加減を調整できる
- ・仲間と声をかけ合うことでコミュニケーションが活発になる
- ・成功したときにチーム全体で喜びを分かち合える

【レクリエーションの内容】

- 1、利用者8人に円になって座ってもらう
- 2、円の中心にかごを置き、その横にボーリングピンを4本立てる
- 3、紐を4本十字に結び、中央に輪ゴムを取り付けた道具を2組準備する
- 4、8人を2チームに分け、各チーム4人で紐を持つ
- 5、4人で紐を調整しながら輪ゴム部分を使ってボーリングピンをつかみ、かごに入れる

【実施中の注意点】

- ・強く引きすぎるとピンが倒れるため、力加減を声掛けする
- ・座ってできる範囲で行い、無理な姿勢にならないようにする
- ・最初に練習を4人ずつで行い、動作を確認する

【リスク管理】

- ・ピンが倒れたときは、すぐにスタッフが元に戻す
- ・紐が急に緩んで顔や体に当たらないように注意する
- ・椅子が安定しているか事前に確認する

【必要物品】

- ・ボーリングピン(4本)
- ・かご(1つ)
- ・紐(4本×2組)
- ・輪ゴム(紐中央に固定する用)
- ・椅子(8脚)

【動画】

