

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】

2人で協力ピンポンシュート

【レクリエーションの目的】

- ・2人で協力しながら取り組むことで、自然な会話や交流を促す
- ・ピンポン玉を狙って転がすことで、集中力を高める
- ・腕や手を使ってボールを操作し、楽しく運動する

【レクリエーションの効果】

- ・狙いを定めて転がす動作で、目と手の連動が養われる
- ・一緒に挑戦することで、協調性やチームワークが深まる
- ・繰り返し腕を使うことで、上肢の動きや筋力を維持できる

【レクリエーションの内容】

- 1、長テーブルを準備し、同じ高さになるよう段ボールでつなげて延長する。
- 2、延長した段ボールの中央に、ピンポン玉が1個入るくらいの穴をあける。
- 3、段ボール部分の脚はプールスティックで作り、テーブル全体に段ボールで枠をつけ、ピンポン玉が落ちないようにする。
- 4、段ボール側のテーブルの脚を発泡スチロールブロックで高くし、少し傾斜をつけ、ピンポン玉を多数枠内に入れて準備する。
- 5、傾斜の反対側に利用者2人が座り、ピンポン玉を受け取る位置にスタンバイする。
- 6、スタッフの合図で、2人が協力してピンポン玉を転がし、中央の穴に入れることを目指す。

【実施中の注意点】

- ・ピンポン玉は投げずに、転がすように声掛けをする
- ・ピンポン玉が外れても追いかけて、スタッフが回収する
- ・うまく入らなくても「惜しい！」など声をかけ、楽しめる雰囲気を作る

【リスク管理】

- ・傾斜部分が不安定にならないように、事前にテーブルと段ボールの固定を確認する
- ・プールスティックの脚や発泡スチロールブロックがずれないように、テープなどでしっかり固定する
- ・利用者が前に乗り出しすぎないように、スタッフが近くで付き添う

【必要物品】

- ・長テーブル(1台)
- ・段ボール(延長用・枠用)
- ・プールスティック(脚用)
- ・発泡スチロールブロック(高さ調整用)
- ・ピンポン玉(複数)
- ・椅子(2脚)

【動画】

