

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】

コロっとストーンシュート

【レクリエーションの目的】

- ・タッパを滑らせる動作で、手や腕を自然に動かす
- ・狙いを定めることで、集中力を高める
- ・ボールが入った時の達成感をみんなで共有して楽しむ

【レクリエーションの効果】

- ・繰り返し腕を使うことで、上肢の動きや筋力の維持につながる
- ・狙いを合わせる練習が、目と手の連動を高める
- ・成功体験を通して、意欲や気持ちのリフレッシュになる

【レクリエーションの内容】

- 1、長テーブルを準備し、短辺に利用者が座る。
- 2、紙コップを飲み口を下にして置き、その上にカラーボールをのせる。
- 3、利用者に、紙コップとボールが入るくらいの大きさのタッパを渡す。
- 4、利用者はタッパをテーブル上で滑らせ、紙コップに当ててボールをタッパの中に入れることを目指す。
- 5、紙コップを3個使って「1段に2個、2段目に1個」のように積み上げ、その上にボールをのせて挑戦してもよい。

【実施中の注意点】

- ・無理に強くタッパを滑らせず、やさしく操作できるように声かけする
- ・成功しなくても楽しめるよう、周囲で拍手や声援を送る雰囲気をつくる
- ・紙コップやタッパが倒れても焦らず、スタッフがすぐにセットし直す

【リスク管理】

- ・タッパを勢いよく投げないようにし、必ず滑らせる形で行う
- ・テーブルの端からタッパやボールが落ちて利用者は拾わず、スタッフが対応する
- ・利用者が前のめりにならず、安定した姿勢で座って行えるよう付き添う

【必要物品】

- ・長テーブル(1台)
- ・紙コップ(3～7個)
- ・カラーボール(複数)
- ・タッパ(紙コップ+ボールが入る大きさ)
- ・椅子(利用者用)

【動画】

