

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】

跳ね飛ばしボールキャッチ

【レクリエーションの目的】

- ・体を使って楽しく遊び、気分転換やストレス発散を図る
- ・ボールを飛ばす人とキャッチする人の役割分担で協力を深める
- ・動くボールを追うことで集中力や判断力を高める

【レクリエーションの効果】

- ・シーソーを押す動きで腕や手の力を使える
- ・飛んできたボールを見て捕まえることで反射神経や注意力が養われる
- ・役割を交代しながら遊ぶことで、交流や達成感を得られる

【レクリエーションの内容】

- 1、テーブルの上にペットボトル3本で土台を作り、その上にプールのスティックで軸とシーソーを作る
- 2、シーソーの長い方に紙コップを取り付ける
- 3、利用者Aはテーブルの横に座り待機し、利用者Bは3～5m離れた場所ではかごを持ち椅子に座って待機する
- 4、スタッフが紙コップの中にカラーボールを入れる
- 5、利用者Aがシーソーの短い方を押すと、ボールが飛び、利用者Bの方向へ飛んでいく
- 6、利用者Bは飛んできたボールをかごでキャッチする
- 7、役割を交代して繰り返す

【実施中の注意点】

- ・ボールが強く飛びすぎないように力加減を声かけする
- ・キャッチする人が無理に手を伸ばさず、かごを使って安全に受け止めるようにする
- ・順番や交代を決め、全員が楽しめるように工夫する

【リスク管理】

- ・シーソーがずれないように土台をスタッフが支える
- ・ボールが飛んで周囲に当たらないようにスペースを確保する
- ・かごでキャッチする利用者のそばでスタッフが付き添う

【必要物品】

- ・テーブル
- ・ペットボトル(3本、土台用)
- ・プールのスティック
- ・紙コップ
- ・カラーボール
- ・かご
- ・椅子(参加人数分)

【動画】

