

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】

風船落とし

【レクリエーションの目的】

- ・動体視力を使い、浮遊する風船という動物的を正確に狙うこと。
- ・投球のコントロール(力加減や方向)を意識し、上肢の調整能力を養うこと。
- ・ゲームの意外性を楽しみ、集中力と挑戦意欲を高めること。

【レクリエーションの効果】

- ・上肢(腕、手首、肩)の筋力維持・向上。
- ・動体視力と集中力の活性化。
- ・風船を落とすという「目標達成」による満足感と喜びの創出

【レクリエーションの内容】

- 1、サーキュレーターの上に風船に設置し、風で風船が安定して浮遊する状態を作ります。
- 2、風船を中心に、周囲に椅子を円形に並べ、参加者に座ってもらいます。
- 3、座った状態から、順番にカラーボールを1人1個風船に向かって投げます。
- 4、最初に風船にボールを当て、落とした人が「勝ち」となります。

【実施中の注意点】

- ・サーキュレーターの風量を調整し、風船が安定しつつも程よく動く状態を保つ。
- ・投球に使用するボールは、軽すぎて風の影響を大きく受けすぎない適度な重さのものを選ぶ。
- ・投球順や風船が落ちた後の再開方法を明確にしておき、混乱を避ける。

【リスク管理】

- ・サーキュレーターの電源コードは、参加者やスタッフの動線から離れた位置に固定し、つまずきを予防する。
- ・ボールを投げる際に体が前のめりになったり、椅子から立ち上がったらしめないよう、スタッフが注意して見守る。
- ・投げたボールが他の参加者に当たらないよう、投球方向を確認し、安全な距離を保つ。

【必要物品】

- ・風船(1個以上)
- ・カラーボール
- ・椅子(参加人数分)
- ・テープ(電源コード固定用)

【動画】

