

## 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】

色分けゲーム

### 【レクリエーションの目的】

- ・流れてくるボールの色を瞬時に判断し、行動に移す情報処理能力と判断力の向上。
- ・プールステイックの道具を両手で操作し、腕と体幹の協調性を高めること。
- ・制限時間内で集中力を維持し、正確に作業を行う能力の訓練。

### 【レクリエーションの効果】

- ・認知機能の活性化(色識別、短期記憶、素早い判断)。
- ・上肢と体幹を使った運動機能の維持・向上(道具の操作、微調整)。
- ・ゲームを通じた集中力と達成意欲の向上。

### 【レクリエーションの内容】

1. テーブルをT字に配置し、参加者が垂直テーブルに座って前方の縦長テーブル側を向きます。
2. 前方奥にレールをセットし、手前左右にカゴ(椅子の上)を置きます。
3. 参加者は両手で仕分け棒(プールステイック製)を持ち、準備します。
4. スタッフが赤・黄・青・緑のボールをレールからランダムに流します。
5. 参加者は、赤・黄は右のカゴへ、青・緑は左のカゴへ仕分け棒で振り分けます。
6. 制限時間1分間で、間違えずに仕分けられたボールの個数を競います。

### 【実施中の注意点】

- ・仕分け棒の輪っかの部分が、参加者の手の大きさや握力に合っているか確認する。
- ・難易度が上がりすぎないよう、スタッフはボールを流す速度を参加者の能力に合わせて調整する。
- ・座ったまま安全に操作できる範囲で行うように声かけする。

### 【リスク管理】

- ・プールステイックの接続部分や持ち手(輪っか部分)が外れないよう、事前にしっかりと固定・補強されていることを確認する。
- ・ボールを追いかけるために無理な体勢にならないよう、体幹を安定させたまま行えるようスタッフがサポートする。

### 【必要物品】

- ・テーブル(縦長2台、垂直1台)
- ・レール(プラスチック雨樋など、ボールが流れるもの)
- ・カラーボール(赤・黄・青・緑、合計多数)
- ・仕分け棒(プールステイックを円状・棒状に繋いだもの、参加人数分)
- ・洗濯カゴ(2個、右側・左側仕分け用)
- ・椅子(参加者用、カゴ設置用)

### 【動画】

