



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】

4色仕分け人ゲーム

【レクリエーションの目的】

- ・転がってくるボールの色を瞬時に見極める色彩識別能力と判断力の向上。
- ・目で見た情報に合わせて箱を正確に動かす手と目の協調性の強化。
- ・流れてくるボールに素早く反応する集中力の維持。

【レクリエーションの効果】

- ・認知機能の活性化(判断スピード、情報処理能力)。
- ・上肢(肩、腕、手首)の可動域拡大と運動機能の維持。
- ・色を合わせてキャッチできた時の達成感や成功体験の獲得。

【レクリエーションの内容】

- 1.長方形テーブルの端に利用者が座り、4色(黄・赤・緑・青)に仕切られた横長の箱を両手で持ちます。
- 2.スタッフは反対側の端に立ち、4色のカラーボールを準備します。
- 3.スタッフは、ランダムな色のボールを1つずつ利用者の方へ転がします。
- 4.利用者はボールの色を確認し、同じ色が貼られた箱の部屋に入るよう箱を左右にスライドさせてキャッチします。
- 5.スタッフは徐々にボールを転がす間隔を短くするなどして、難易度を調整します。
- 6.全てのボールで、正しく色分けしてキャッチできた個数を競います。

【実施中の注意点】

- ・色の視認性:折り紙の色がはっきりと見えるよう、照明の反射などに注意し、鮮やかな色を使用する。
- ・転がす速度の調節:利用者の反応速度に合わせて、スタッフはボールを転がす速さやタイミングを適切にコントロールする。
- ・箱の重さ:長時間持つても疲れにくいよう、箱は軽量な段ボールなどを使用し、操作性を良くする。

【リスク管理】

- ・姿勢の安定:箱を動かす際に前のめりになって椅子から転落しないよう、スタッフは側で見守り、机との距離を適切に保つ。
- ・肩への負担:腕を左右に大きく振る動作が続くため、痛みが出ないか確認し、無理のない範囲で行ってもらう。
- ・ボールの飛散:キャッチし損ねたボールが床に散らばり、足元をすくわれないよう、周囲のスタッフが速やかに回収する。

【必要物品】

- ・長方形テーブル
- ・椅子
- ・4色に仕切られた横長の箱(段ボール製で折り紙等で黄・赤・緑・青に色分けしたもの)
- ・カラーボール(黄・赤・緑・青の4色を複数個)

【動画】

