



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】

ピンポン玉タワーバランス

【レクリエーションの目的】

- ・二人で協力し、共通の目標を達成する連帯感とコミュニケーションの促進。
- ・ピンポン玉を貼る動作による指先を使った細かな動き(巧緻性)の訓練。
- ・絶妙なバランスを保ち続けるための集中力と忍耐力の向上。

【レクリエーションの効果】

- ・対人交流の活性化(相手の動きに合わせる、声かけをする)。
- ・空間認識能力の維持・向上、構造からスティックの重心やバランスを把握する。
- ・慎重な動きを継続することによる、情緒の安定と達成感。

【レクリエーションの内容】

1. テーブルの中央に、螺旋状に両面テープを貼った80cmのプールステイックを垂直に立てます。
2. 2人の参加者がテーブルを挟んで向かい合わせに座り、大量のピンポン玉を準備します。
3. 合図とともに、2人同時にピンポン玉をスティックの両面テープ部分に貼り付けていきます。
4. スティックを倒さないように、お互いのバランスを確認しながら慎重に進めます。
5. スティックが倒れた時点でゲーム終了とし、くつついでいたピンポン玉の数を数えます。
6. 全ペア終了後、最も多くピンポン玉を貼れたコンビを優勝とします。

【実施中の注意点】

- ピンポン玉がしっかりとくっつく粘着力のあるものを選ぶ。
- ・手の震えや視力、反応速度などを考慮し、サポートが必要な場合はスタッフが適宜介入する。
 - ・声かけの促進「右側を貼るよ」「ゆっくりいこう」など、細か具体的に伝える。

【リスク管理】

- ・集中しすぎて前のめりになり、椅子から転落したりしないよう注視する。
- ・スティックが倒れた際に顔や目に当たらないよう、十分な距離を保って座る。
- ・多くの人が触れるものは、レク前後に消毒を行い清潔に保つ。

【必要物品】

- ・プールステイック(80cmにカットしたもの)
- ・両面テープ(螺旋状に巻いておく)
- ・ピンポン玉(多数)
- ・テーブル
- ・椅子(2脚)

【動画】

