

# レクリエーションI

時 間	1時間～2時間	対 象	小学生以上
人 数	200人程度	経 費	0円

- ・ ゲームを通して交流を図るとともに、相互に信頼しあう人間関係を築き、連帯感をつくりあげることが出来ます。
- ・ 喜びや楽しさをグループ・集団で共感・共有することを通して、心身をリフレッシュし、新しい自分を発見することが出来ます。

高まりが期待できる 非認知能力	自己肯定感、主体性、コミュニケーション力、協働性
団体に準備する物	活動に適した服装、室内シューズ、水筒、タオル 等
センターで準備する物	内容に合わせた道具(新聞紙、フラフープ)、ワイヤレスアンプ 等

## 活動の内容

- じゃんけんゲームなど、主としてアイスブレイク(親睦や仲間づくり)を目的とした活動です。  
【活動内容例】 ※発達段階等の実態に応じて、センター職員が内容を構成します。

活動名	概要
ありがとうじゃんけん	リーダーの声かけに応じて、後出して勝ったり負けたりする。
いないいないバー	2人一組になり「いないいない」で顔を隠し、「バー」で同じ方向に顔を出す。
みんなでジャンプ	グループを作り、縦一列に並ぶ。指示に合わせてみんなでジャンプする。
ブタのしっぽ	じゃんけんをして負けたら、勝った人の後ろにつく。最終的に一列になるまで続ける。
木の中のリス	3人組で役(木2人、リス1人)を決め、鬼のかけ声に合わせて移動する鬼ごっこ。
ねずみとり	2人組で間にタオルを置く。音楽に合わせて踊り、止まったらタオルを素早く取る。
初めまして	二重の円を作り、音楽に合わせて逆に回る。止まったら目の前の人と自己紹介をする。
震源地さがし	円になり、代表者を決めて全員がその人のまねをする。中心の鬼は、代表者を見つける。
タイ・タコ	2人組でタイとタコを決め、「タタタタ・・・、タイ」の声に合わせて言われた方が逃げる。
じゃんけんピラミッド	ピラミッド状に並んだ相手とじゃんけんをしていき時間内に頂点の人に何人勝ったか競う。
キングフロッグ	キングフロッグ(王様カエル)から順に指示された動作を間違えずに続けていく。

### [その他]

- ・ お互いに声をかけ合って、水分補給等の熱中症対策を行ってください。