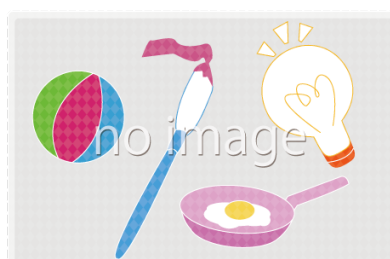


紙テープ相撲（雨日屋内）

紙テープを使ってレクをします。
破らないようにするのがポイントです。



ジャンル 運動機能改善 机上レク 技術

身体面への効果 指定されていません

精神面への効果 指定されていません

介護度 要介護度2 所要時間 指定はありません

性別 人数 2人～

道具 (一人当たり予算0円)

紙テープ 10cm程度のもの
A4用紙を縦に切ったものでも可

注意点・追加ルール

期待効果 集中力が鍛えられます。多少の運動改善になります。

1

1人に1本テープを配ります。
テープをクロスさせ、互いに自分のテープの両端を持ちます。
合図と共に引っ張り合い、破れた方が負けとなります。
勝った人同士が競い、一人残った人の優勝です。

2

2人をする時は、同じ本数を用意して始めます。
破れなかった方はテープを変えず、破れた方は新しいテープに変えて
最後の1本が破れてしまった方が負けです。

3

2人組を組んでチーム戦にします。
計4本の紙が絡んだ状態で、4人で引っ張ります。2人とも敗れたら負け。
3回戦毎回新しいもので行い、勝利数の多かったチームの勝ちです。