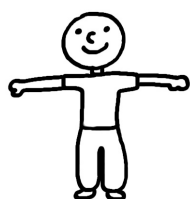


# 集団で計ってみましょう。

体の一部を使ってものの長さを計り、発表します。腕や指等を真っ直ぐ伸ばして計測することで、ストレッチ効果もあります。体全体を使ったりハビリレクリエーションです。



ジャンル 運動機能改善 イベントレク ゲーム 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 30分

性別 男性  女性  どちらも好評です 人数 5人以上

道具 (一人当たり予算0円)

紙とペン

注意点・追加ルール

期待効果 上肢と下肢の運動機能改善。

1 複数人でチームを組み、施設にあるものの長さを計測します。

2 ただ、長さを計る道具は一切ないので、自分達の体の一部を使って記録します。

3 例えば、テーブル等は手を広げて端から端まで手が何個分あったかを記録。

4 床や壁は腕を広げて、体全体でTの字になって、何人分だったかを記録。

5 発表の仕方は、計ったポーズや姿勢になって、長さを表現します。  
どんな風に計ったかがすぐにわかります。

6

Aさんの手では〇個分、Bさんの手では 個分でした。と、サイズの違いまで発表してもいいですね。