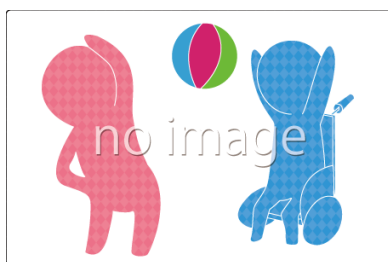


新風船バレー

風船バレーを手で行っていましたが、片手麻痺の方や車いすの方も自分の役割を全うできるルールに変更しております。



ジャンル 運動機能改善 イベントレク ゲーム

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 20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)

風船と
秘密の道具を1種(簡単に無料で手に入る)

注意点・追加ルール

期待効果 腕の運動機能改善
協力する楽しさを知る。

1 4人以上のチームを作ります。2チームで対抗にするか、複数チームで総当たりやトーナメント方式にもできます。

2 道具は風船とうちわです！
うちわをラケットの代わりにして、風船を仰いでバレーをします。

3 片手が使えればできますし、車いすの人をポイントに置いておけば、ブロッカーになれます。

4 ルールは、テーブル越しか、真ん中にテープか何かで線引きをして陣地内で行います。バレーですが、上に向かって打ちます。地面に向かってスマッシュする行為は禁止です。

5 自分の陣地内に入った風船を5秒間はキープして、その後15秒以内に相手陣地に入れないと負けになります。
または、必ずチームの半数以上の人仰ぐという追加ルールを加えてもいいです。

6

落としてしまったり、時間内に打ち返せなかったら相手チームにポイントが入ります。
先に11点取った方の勝ちです。

うちわを使って打つ場合は、入ってくる毎に1人1回までです。