

集団協カレク 3種類(ペア、チーム、集団でのノウハウ)

3つのレクを紹介します。

ペアを作るレク。チームで連携するレク。集団でハラハラしながら楽しむレク。コミュニケーションを取るためにご活用ください。



ジャンル 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 2、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)

注意点・追加ルール

期待効果 仲良くなるためのコミュニケーション

1

「自己紹介」(仲の良い人たちは 話を考えてしてもらう)
参加者は必ず奇数になるように職員の方が参加して調整ください。
1人がリーダーとなって、残りの人はペアを作ります。

2

リーダーになった人が自己紹介をして、最後に「よろしくお願ひします。」と言ったら
今組んでいる人とペアを解消して、別の人とペアを組んでください。余った人が新たな
リーダーとなって自己紹介をします。

3

同じ人とは1度しかペアを組んではいけません。

4

「1人ずつ増えてく」
参加者は向かい合った輪になって立ちます。
全員で1と数えましょう。この時、誰か1人が前へ出ます。

5

数えた番号より多いor少ない人が前に出たらゲームオーバーです。
数えて一呼吸置いた時に誰かが前へ出ていきます。
数が大きくなると人数が足りなくなるので、2回出る人を決めておくといひです。

6 「1ずつ増えてく」
先ほどのものに動きをつけないパターンです。
全員で後ろを向いて輪になって座ります。

7 全員で「スタート」等の掛け声を送る。
順番に1～数えていくが、数えるのは1人ずつ。それもランダムに。
人数を数えるが、数える順番は決まっていない。
同じタイミングで叫んでしまったら最初からやり直し。

8 全員で協力して行う簡単なレクです。発声は口腔ケアにもなります。