

指導者は誰だ！？

全員で結束して行うレクです。体を動かすので軽い運動ができます。
1人は観察力を養うことができます。



ジャンル 運動機能改善 認知症予防 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 1回戦5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 運動機能改善。観察力を養う。コミュニケーション

1 1人観察者を決めます。
残りの人は観察者を囲むようにイスで円を作って座ります。

2 観察者以外の人から指導者を1人決めます。全員で相談するか職員の方が決めます。
指導者のした動きやポーズを他の人はマネをします。観察者は指導者が誰なのかを当てれば勝ちです。

3 マネをするのは動きだけです。言葉は自由に発してください。あまり指導者の方ばかり見ていると気づかれるので注意が必要です。制限時間を設け、時間が立ったら観察者は指導者を指名します。

4 当てられたら指導者と観察者は交代します。ハズれた場合、観察者はもう一度観察者を行います。(交代してもいいですよ)その場合、指導者をもう一度決めます。同じ人でもいいですし、他の人が指導者になってもいいです。

5 指導者はなるべく体を動かしている方がバレなくていいです。止まってしまうと、一番に動いた人が指導者だと気配でバレてしまうことがあります。