

6. 個人目標とからだの目標

個人目標とからだの目標を立てるに当たっては、以下のような観点で行なった。

学 年	生徒 名	問題点 (生活上 障害等)	個人 目標	実 態			からだの 目標	方針 手だ て
				身体 条件	運動 能力	社会的 適応力		
		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦

- ①、生徒が今直面している課題を取り上げる。
- ②、①をもとに生徒が直面している課題の中でもっとも重要であると考えた項目についての目標を立てる。(からだの目標にはこだわらない。)
- ③④⑤、からだの目標を立てるに当たっての生徒の実態を確認する。
 - ③……ローレル指数や体脂肪率などの身体的条件。
 - ④……日常における運動能力や体力に関わる様子。
 - ⑤……人との関わりを中心にした社会的行動の様子。
- ⑥、③④⑤をもとに今一番必要であると捉えたからだに関わる目標を立てる。
- ⑦、⑥に迫るための方法を示す。

これまでで、ようやく研究の方向がきまり、生徒一人ひとりのからだの目標を立てることができた段階である。これからの指導の中でこのからだの目標にどう追っていくかが大切である。