





(2男)	が、なわにつかえることがあった。 ・手首でなわを回すことができるが、意識が薄く切れてしまう。	をとぶことができる。 ・すすんで調子よく、前方順とびが30回以上できる。
T. O (3男)	・タイミングを取り、すすんでなわに入りとぶことができた。 ・初めてかけ足とびをし、6回程でき、後方順とびは計12回できた	・すすんでみんなの先頭になって調子よく、なわに入ることができる。 ・自分でめあてを決め、連続かけ足とびが10回、後方順とびが30回以上できる。
Y. M (3女)	・なかなか自分でタイミングを取ってなわに入れないことがあった。 ・教師の指示で前方順とびが19回できた。好調であった。	・少しでも自分でタイミングを取ってなわに入るができる。 ・教師の指示で連続前回りしとびが調子よく、7回以上できる。

8. 準備

生徒・・・短なわ

教師・・・長なわ1～3本、補助具用短なわ10本ほど、テープレコーダー、学習カード  
なわ入れかご3、エスポー5～10本、体育シート3枚、ゴムひも、笛  
えんぴつ

9. 学習過程

学 習 活 動	指 導 上 の 意 図 ・ 留 意 点
1. 集合、整列、あいさつをする。 ・班長が人数を数え、報告をする。	1. K. N. Y. K. Y. Fについては特に声かけをしてなるべく早くならぶようにさせる。H. Mについては、T. Oに援助させる。I. Mは人数を数える時に、補助をする。
2. 本時の学習内容を確認する。	2. 本時は前時に続いて、短なわと長なわをするこを確認させる。今日のめあてについて確認し、意欲付ける。
3. 準備運動をする。 ・長なわ人数とびをする。	3. 準備運動としての長なわとびなので、人数とび1～4人(大波小波)でおさめ、できるだけ自分のペースでとばせ、体をほぐすことを意図とする。
4. 短なわとびをする。 ・能力別A・B・Cの3グループに分かれる。 A・・・T. O, K. T, K. K S. N B・・・K. O, Y. K, I. M C・・・Y. M, Y. F, K. N H. M	4. 各グループで軽く準備体操をしてから、短なわとびに入る。(ジャンプ、屈伸、手首足首他) A・・・自分のめあてを意識させ、できれば記録をとることを目指させたい。また、ビデオを使い、つまづきとさせたい。 B・・・特につまづきをなおす練習を工夫したりとぶ、回すの練習も取り入れたい。 C・・・一人で短なわとびができる前の段階での、発達段階に応じてとぶ、回す等の練習から、協応動作へ結び付けたい。そして、楽しみながら取り組めるような場の設定をしたい。

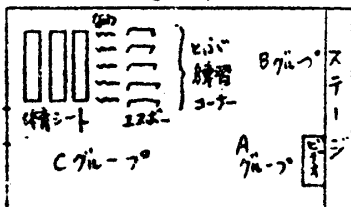
生徒	個 別 配 慮	
T O	・カウンター付きのなわとびで跳ばせ、回数を視写させる。ポイントを声かけしたり、示範を意図的に見せたりする。	西 村
K T	・めあてを持たせて、回数を自分で記入させる。またビデオで出来ないポイントに気付かせ、意欲付ける。	
S N	・声かけを多くし、一緒に数を数えたりして意欲付ける。並み足とびから徐々に両足とびにさせるようにする。	
K K	・声かけを多くし、めあてに向かって調子よく続くようにさせる。できた回数を記録させたり、後方順とびにも挑戦させる。	

K O	・なわを大きく回す練習をさせる。声かけをして一定のリズムをつかませたり、動かし少しも調子よく続くようにさせる。	岩 本
Y K	・声かけを多くし、一定のリズムをつかませる。なわを大きく回す練習をしたり、ゴムを使って両足でとばせたりする。	
I M	・できるだけ手を貸さずに、ひとりでさせる。自分のペースでなわを大きく回すように指示し、できた時には十分にほめる。	出 願 ・ 但 馬
Y F	できるだけ続けてひとりでとぶ練習をして、できた時には十分にほめる。続けて両足とびができるよう意欲付ける。	
K N	・楽しくとぶ練習ができるようにし、声かけを多くする。教師の指示によるがなるべく続けてできるようにさせる。	
H M	・楽しく足型に合わせてとぶ練習をさせたり、なわを回して1回ずつとべるようにさせる。	
Y M	・最初に声かけをして、スムーズに入れるようにする。自分のペースでできるようにしたり、必要に応じて部分練習も取り入れる。	

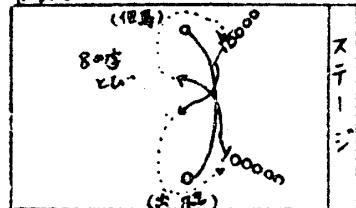
5. 長なわとびをする。  
・8の字回転とび

・8の字回転連続とび

※短なわの場、設定



※長なわ



6. 整理運動をする。(ステージ)  
・ジャンプ、屈伸、肩、腕回し、手首足首回し等
7. 本時のまとめと次時の予告を聞く。

5. 中央の黄色のラインテープ上で長なわを回す。また、赤のテープの印をスタートの目安とさせ、中央の印に向かってとばせる。
- ・T. O. K. T. K. K. . . . リーダーシップをとらせ、みんなを引っ張らせる。
  - ・K. O. . . S. N. . . . 長なわにタイミングよく入れるよう声かけをし、また印を意識させてひとりで調子よくとべるようにする。
  - ・Y. K. . . . スタートのタイミングを声かけで教える。(岩本)
  - ・I. M. . . . 入るタイミングを教え、できるだけひとりでとばせたい。
  - ・Y. F. . . . 入るタイミングととぶタイミングをできれば指示のみで教え、楽しんでとばせたい。なわの振り方を遅くしたりする。必要があれば補助をする。(西村)
  - ・K. N. . . . 背中を軽くたたいで、タイミングをつかませたい。指示で両足とびでとばせたい。(西村)
  - ・H. M. . . . 教師の合図で通り抜けをさせたい。(岩本)
  - ・Y. M. . . . 入るタイミングととぶタイミングをできれば指示でとばせたい。必要であれば補助をする。
- \*慣れてきたら、できる生徒は自分でタイミングを取って入らせたり、ひとりでとべるよう振りたい。
6. みんなで声を出して、ゆっくりと体横させる。多少、正確さを欠いても大きくさせる。
7. 今日のがんばったことを十分に賞賛し、次時は第三回発表会に向けての練習であること知らせて次の意欲付けとしたい。

10. 本時の指導法の身察と反省











# アンケート集計

対象（サンプル数）

◎本校高等部（27）

◎鳥取大学教育学部附属中学校（198）

◎他県国立大学附属養護学校高等部（151）

◎鳥取大学教育学部附属小学校5・6年生（106）

集計結果

		本校	他県養護	中学校	小学校
・身長を知っているか。	はい	(92.6)	(96.0)	(96.0)	(93.0)
・体重を知っているか	はい	(85.2)	(94.0)	(85.4)	(93.0)
・太っていると思うか。	太っている	(25.9)	(16.6)	(3.0)	(3.0)
	やや太っている	(14.8)	(24.5)	(8.1)	(11.0)
	ふつう	(37.1)	(32.4)	(58.1)	(69.0)
	やややせている	(11.1)	(15.2)	(22.7)	(15.0)
	やせている	(7.4)	(11.3)	(7.1)	(11.0)
・体は丈夫か。	とても丈夫	(7.4)	(9.9)	(7.1)	(5.0)
	丈夫な方	(29.6)	(37.1)	(44.9)	(46.0)
	ふつう	(37.1)	(38.4)	(46.0)	(47.0)
	病弱な方	(22.2)	(12.5)	(2.0)	(2.0)
	とても病弱	(0.0)	(0.7)	(0.0)	(0.0)
・スポーツ教室に通っているか。	はい	(3.7)	(8.6)	(2.0)	(26.0)
・朝食は食べているか。	毎朝食べている	(70.4)	(84.7)	(83.4)	(86.0)
	食べることの方が多い	(18.5)	(9.3)	(30.3)	(11.0)
	食べないことの方が多い	(3.7)	(6.0)	(3.0)	(1.0)
	全く食べない	(0.0)	(0.0)	(1.5)	(0.0)
・夕食の時間	5～6時	(18.5)	(2.0)	(0.0)	(2.0)
	6～7時	(25.9)	(45.0)	(18.7)	(21.0)
	7～8時	(33.4)	(48.4)	(65.7)	(54.0)
	8～9時	(18.5)	(3.3)	(12.1)	(4.0)
	9時～	(0.0)	(1.3)	(1.5)	(0.0)
・おやつについて 学校から帰宅後	毎日必ず食べる	(29.6)	(36.4)	(36.4)	(54.0)
	食べることが多い	(29.6)	(24.5)	(30.3)	(34.0)
	たまに食べている	(37.1)	(33.1)	(28.8)	(10.0)
	全く食べない	(0.0)	(4.0)	(2.5)	(0.0)
夕食から寝るまで	子供の自由に任せている	(11.1)	(13.2)	(20.2)	(7.0)
	よく食べる	(18.5)	(6.6)	(29.8)	(19.0)
	あまり食べない	(55.6)	(51.0)	(28.8)	(54.0)
	全く食べない	(11.1)	(25.8)	(2.5)	(20.0)
・三食の食事の量は	満腹まで	(37.0)	(23.8)	(20.2)	(36.0)
	八分目	(40.7)	(48.3)	(29.8)	(44.0)
	考えていない	(14.8)	(21.2)	(42.4)	(16.0)
・食べ物の好き嫌いは	かなりある	(11.1)	(7.9)	(31.8)	(9.0)
	少しある	(29.6)	(31.1)	(42.4)	(34.0)
	ほとんどない	(44.5)	(48.4)	(42.4)	(34.0)
	全くない	(14.8)	(11.9)	(5.6)	(12.0)

・起床時間

登校日

	本校	他県養護	中学校	小学校
4~5時	( 0. 0)	( 1. 3)	( 0. 5)	( 0. 0)
5~6時	( 7. 4)	( 6. 0)	( 4. 0)	( 4. 0)
6~7時	(51. 9)	(69. 5)	(58. 1)	(54. 0)
7~8時	(37. 0)	(21. 9)	(36. 9)	(36. 0)

休日

4~5時	( 0. 0)	( 0. 7)	( 0. 5)	( 0. 0)
5~6時	( 0. 0)	( 2. 0)	( 0. 0)	( 1. 0)
6~7時	(22. 2)	(18. 5)	( 2. 0)	( 7. 0)
7~8時	(37. 1)	(35. 7)	(24. 2)	(29. 0)
8~9時	(25. 9)	(24. 5)	(38. 5)	(47. 0)
9時~	(14. 8)	(16. 6)	(34. 8)	(12. 0)

・就寝時間

翌日が登校日

7~8時	( 3. 7)	( 0. 0)	( 0. 0)	( 0. 0)
8~9時	( 3. 7)	( 1. 3)	( 0. 0)	( 0. 0)
9~10時	(37. 0)	(37. 1)	( 1. 5)	(28. 0)
10~11時	(48. 2)	(49. 6)	(19. 7)	(54. 0)
11~12時	( 7. 4)	( 9. 3)	(53. 6)	(11. 0)
12~1時	( 0. 0)	( 0. 0)	(21. 7)	( 0. 0)
1時~	( 0. 0)	( 0. 0)	( 1. 0)	( 0. 0)

翌日が休日

8~9時	( 3. 7)	( 0. 0)	( 0. 0)	( 0. 0)
9~10時	(29. 6)	(23. 2)	( 0. 5)	(17. 0)
10~11時	(48. 2)	(48. 2)	(13. 6)	(51. 0)
11~12時	(18. 5)	(27. 2)	(48. 0)	(27. 0)
12~1時	( 0. 0)	( 0. 0)	(27. 3)	( 0. 0)
1~2時	( 0. 0)	( 0. 0)	( 6. 6)	( 0. 0)
2時~	( 0. 0)	( 0. 0)	( 1. 5)	( 0. 0)

・帰宅時間

平日

3~4時	( 0. 0)	(13. 2)	( 0. 0)	( 0. 0)
4~5時	(59. 3)	(43. 7)	( 4. 0)	(33. 0)
5~6時	(33. 3)	(27. 8)	(15. 7)	(52. 0)
6~7時	( 3. 7)	( 7. 3)	(38. 4)	(13. 0)
7~8時	( 0. 0)	( 4. 0)	(36. 9)	( 0. 0)
8時~	( 0. 0)	( 0. 0)	( 3. 0)	( 0. 0)

土曜日

11~12時	( 0. 0)	( 2. 0)	( 0. 0)	( 0. 0)
12~1時	(25. 9)	(23. 2)	( 0. 5)	(23. 0)
1~2時	(51. 9)	(50. 3)	(17. 7)	(70. 0)
2~3時	(14. 8)	(14. 6)	(15. 7)	( 5. 0)
3~4時	( 0. 0)	( 4. 0)	( 8. 6)	( 0. 0)
4~5時	( 0. 0)	( 1. 3)	(14. 6)	( 0. 0)
5~6時	( 0. 0)	( 2. 0)	(28. 3)	( 0. 0)
6時~	( 0. 0)	( 0. 0)	(14. 6)	( 0. 0)

・睡眠時間

5~6時間	( 0. 0)	( 0. 0)	( 6. 1)	( 0. 0)
6~7時間	( 0. 0)	( 3. 3)	(13. 6)	( 2. 0)
7~8時間	(11. 1)	(15. 9)	(50. 5)	(16. 0)
8~9時間	(40. 8)	(48. 4)	(27. 8)	(43. 0)
9~10時間	(29. 6)	(22. 5)	( 1. 5)	(27. 0)
10時間~	(14. 8)	( 2. 0)	( 0. 0)	( 0. 0)

・睡眠中にトイレに行くか。

毎晩必ず行く	( 0. 0)	( 0. 7)	( 1. 0)	( 0. 0)
よく行く	(11. 0)	( 5. 3)	( 1. 0)	( 0. 0)
たまに行く	(44. 5)	(33. 1)	(20. 0)	(33. 0)
全く行かない	(44. 5)	(59. 6)	(77. 3)	(65. 0)

		本校	他県養護	中学校	小学校
・夜トイレに行くとしたら何回くらいか。	1回	(55.6)	(35.1)	(37.9)	(39.0)
	2回	(7.0)	(5.3)	(2.0)	(0.0)
	3回以上	(0.0)	(0.0)	(1.0)	(1.0)
・帰宅後主に何をしているか。	家の手伝い	(44.4)	(62.9)	(26.8)	(21.0)
	テレビ	(85.2)	(84.8)	(78.8)	(70.0)
	本読み	(37.0)	(33.8)	(44.9)	(63.0)
	音楽	(44.0)	(11.3)	(41.4)	(16.0)
	運動	(18.5)	(11.3)	(6.1)	(19.0)
	その他	(25.9)	(26.5)	(23.7)	(36.0)
・休日は主に何をしているか。	家の手伝い	(51.9)	(58.3)	(30.3)	(24.0)
	テレビ	(85.2)	(77.5)	(80.3)	(72.0)
	本読み	(29.6)	(29.1)	(54.0)	(54.0)
	音楽	(66.7)	(56.3)	(54.0)	(20.0)
	運動	(14.8)	(15.9)	(13.6)	(25.0)
	部活動	(0.0)	(1.3)	(20.7)	(0.0)
	その他	(33.3)	(35.1)	(26.3)	(29.0)
・生理について(女子のみ)	毎月ほぼ安定	(66.7)	(63.6)	(52.4)	(2.0)
	不規則	(26.7)	(25.5)	(29.5)	(6.0)
	まだ始まっていない	(0.0)	(1.8)	(12.4)	(73.0)