

IV. 資料

高等部 保健体育科 (Aグループ) 学習指導案
 日時 昭和63年12月 2日 (金) 2校時
 授業場所 体育館
 指導者 西村 真 岩本廣樹 福田富子
 出勤者 佐藤萬子 田馬里美

1. 単元名 なわとび運動

2. 単元設定の理由

(1) 用具を使った運動の中でも特になわとび運動は、体操の領域の中の主にタイミングのよい動きを楽しめる運動、動きを持続する能力を高める運動などの動きのねらいを多く含む運動である。その特性として1. 手軽である。2. なわ1本でできる。3. 比較的せまい場所でもできる。4. 年令、性別、体力に応じて強さを変えられる。5. ひとりでも複数でも楽しめる。6. 運動量が豊富。7. 技術性に富み、興味がもてるなどが挙げられる。

高等部Aグループの生徒にとってなわとび運動は、動きの変化の多い課題等に比べて複雑なルールや技術を要せず、1本のなわをとびこえることが基本となり、それを連続して発展させていくことができることから、容易に取り組める教材であるといえる。これらのことから、なわとび運動は生源にわたってできる体育(スポーツ)として自らすんで、かつ楽しみながら取り組める可能性を十分に持った格好の教材であると考え、本単元を設定した。

(2) 高等部Aグループは、男子7名、女子4名の計11名で構成されている。そのうちダウントラップ3名、自閉的傾向4名、てんかん2名が所属し、高等部の生徒の中でも難客の多い方のグループで、運動能力においてもかなり個人差が見られる。全体的に身体を動かすことは好むが、ルールの認識や指示による理解が難しく、全力走ができたりめあてをもつて運動に取り組める生徒は数名である。

長なわとびについては、昨年の学習発表会でも経験したことから、興味を示す生徒が多く、練習を重ねねれば意欲的に連続してとべる生徒が3~4名いる。短なわとびでは、両足とびならできる生徒、なわを回すことならできる生徒が約半数、前方跳とびができる生徒が数名と個人差が大きい。

(3) 指導においでは、長なわとびと短なわとびを並行して行ないたい。長なわとびにおいては、みんなでとぶという仲間意識の高揚と楽しんでとべることをねらいとする。そのため能力に応じて簡易度、回数、とぶ人數、ボール等の用具を用いる工夫をし、発展できるようにしたい。短なわとびでは、段階に応じて前方跳とびができることをねらいとし、能力の高い生徒には回数や次の練習目にもチャレンジさせたい。学習カードでめあてを絞たせたり、自分のとび方をビデオで見てつまづきに気付かせたり、また指導の段階に応じての場の設定にも工夫したい。そして将来、自分たちで体操会等にすすんで、かつ楽しんでなわとびができるようになることを目標したい。

3. 単元目標

- (1) 調子よく跳けてなわをとんだり、通り抜けたりする。
- (2) なわとび運動の楽しさを味わう。
- (3) みんなで一緒に長なわとびができる。

4. 指導計画 (全15時間)

(本時)

単元名	領域	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
な わ と び 運 動	体 操	① 短なわ 試しの運動 グループ、実験の把握	② 長なわ 試しの運動 実験の把握	③ 短なわ ・とぶ足型とび一両足とび一跳き 20とび 30とびエスポートとび 連続とび ・とびすれかわし 一 20 肩まわし 一 うそまわし 一両手まわし 一 手 首まわし ・ 前方跳とび * 階段課題課題課題 ④ 長跳 (大波小波) 8.0字とび	第一回 発表会	第二回 発表会	第二回 発表会	第二回 発表会	第三回 発表会	第三回 発表会							

5. 本時の題材名 短なわ前方顎とびと長なわ回旋とび2

6. 本時の題材観

前時までは長なわでは大波小波の1回とび→8の字連続とび→入数とび(2~3人)→かぶりなわによる回旋通り抜け→回旋とびへ発展しみんなで顎番にとぶことをねらいとした。自らタイミングを取りひとりでとべる生徒がふえ、あとスタートで背中を軽く押してもやるとできた生徒や、教師と一緒にうまくとべた生徒、連続でとべるようになった生徒もいた。短なわではめあてを持って自分の課題や回数に挑戦することと、なみ足とびから両足とびと技術的な面が見られた生徒。なわを回すことや両足とびができるようになり、初めて前方顎とびができた生徒、めあてが回数から時間を予よぐ統けてとべることと、統けてうつる生徒とびをし、その楽しさを味わわせたい。そしてすこしでも自分でタイミングを取り、統けてとんなりなわに入ったりできるようにさせたい。短なわでは各グループで一人ひとりのめあてが達成できるよう、つまづきを克服するための練習をしたり、回数等の練習をしたりして、指導段階を細かく分けた個々に応じた指導に心がけ、評価につなげたい。

7. 本時の目標

- (1) 長なわに少しでも自分で入れ、調子よくとぶことができ、楽しさを味わう。
- (2) めあてに向かって、意欲的に短なわ等をとぶことができる。

*前時の実験と個人目標

生徒名	前時の実験	個人目標
H. M (3女)	・教師が補助をし、一緒に長なわをとんなり通り抜けができた。 ・自分のベースでなわをまたぎ越して、計4回とべた。	・教師と一緒に楽しく長なわをとんなり通り抜けができる。 ・足型に合わせてとぶ練習をしたり、なわを前に回して5回以上またぎ越せる。
K. N (3男)	・教師の合図で長なわに入り声かけてとぶことができた。 ・教師の指示でなわを回してとび計50回できた。	・教師の合図で長なわをタイミングよく両足でとぶことができる。 ・連続両足とびの練習をしたり、なわを回して指示で20回以上とべる。
M. F (1女)	・教師と一緒に初めて統けて長なわがとべた。 ・1回ずつなわを回してとび、すんで計21回できた。	・教師の指示で楽しく長なわをとんなり通り抜けたりできる。 ・すんで、1回ずつなわを回して計15回以上できる。
I. M (2女)	・自分で長なわに入ることができ、楽しんでとぶことができた。 ・1回ずつなわを回してとび、計6回できた。	・タイミングよく自分で長なわに入ることができ、少しでも連続とびができる。 ・少しでも自分でしようとし、1回ずつなわを回して20回以上できる。
Y. K (2男)	・教師の合図で長なわに入り声かけてとぶことができた。 ・教師の指示でなわを1回ずつ回して両足とびで計22回できた。	・教師の合図でタイミングよく長なわをとんなり通り抜けたりできる。 ・教師の指示でさりげなくなわを大きく回して、両足とびで計15回以上できる。
K. O (3男)	・自分で長なわに入るが、タイミングがうまくつかめなかった。 ・1回ずつなわを回して、9回できたがなわの回し方が課題。	・タイミングよく長なわに入り、できだけなわに当たらぬいで通り抜けをする。 ・なわを大きく回そうと心がけ、すこしでも連続とびで5回以上できる。
K. K (1男)	・自分でなわに入り、タイミングよく回旋とびができた。 ・前方顎とびは一回旋二跳躍で46回ほどできた。	・すんでタイミングよく長なわに入り調子よくとぶことができる。 ・前方顎とびで調子よく、なわを大きく回して50回以上できる。
S. N (3男)	・自分で長なわに入ることができ、なわを器がった。 ・並み足とびが20回ほどできたが輪でなわを回す。(前時まで)	・すんでタイミングよくなわに入り、とぶことができる。 ・すこしでも連続でとぼうと心がけ、前方顎とびが20回以上できる。
K. T	・タイミングを取りなわに入れれる	・みんなの先頭になって調子よく、なわ

(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。	とぶことができる。 ・すすんで調子よく、前方蹴とびが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。後方蹴とびは計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、後方蹴とびが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れないことがあった ・教師の指示で前方蹴とびが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ことができる。 ・教師の指示で連続前回しとびが調子よく、7回以上できる。

8. 備品

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、學習カード
なわ入れかご3、エスボー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
<p>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。</p> <p>2. 本時の学習内容を確認する。</p> <p>3. 準備運動をする。 ・長なわ人数とびをする。</p> <p>4. 調なわとびをする。 ・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</p>	<p>1. K.N, Y.K, Y.Fについて特に声かけをしてなるべく素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。</p> <p>2. 本時は前時に統いて、短なわと長なわをするこれを確認させる。今日のめあてについて確認し、意欲付ける。</p> <p>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)で右さめ、できるだけ自分のベースでとばせ、体をほぐすことを見図とする。</p> <p>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、できれば記録をとりながら學習させ、回数とび等を目標とさせたい。また、ビデオを使い、つづきに気付かせたい。 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なので、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。</p>

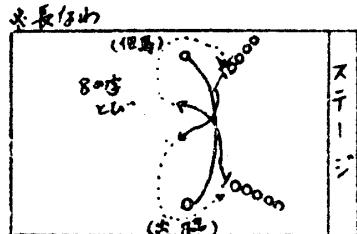
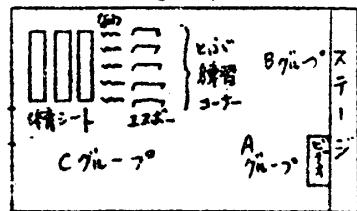
生徒	個々別配慮	西村
T.O	・カウンター付きのなわとびで練ばせ、回数を視写させる。ポイントを声かけしたり、示範を意図的に見せたりする。	
K.T	・めあてを持たせて、回数を自分で記入させる。またビデオで出来ないポイントに気付かせ、意欲付ける。	
S.N	・声かけを多くし、一緒に数を教えてたりして意欲付ける。並み足とびから徐々に両足とびにさせるようにする。	
K.K	・声かけを多くし、めあてに向かって調子よく跳くようにさせる。できた回数を記録せたり、後方蹴とびにも挑戦させる。	

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、勵まして少しでも調子よく回るようにさせる。	岩
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。	本
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。	本
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。	出 願
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。	出 願
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。	・但 馬
Y M	・最初に声かけをして、スムース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。	馬

5. 長なわとびをする。 ・8の字回旋とび

・8の字回旋連続とび

※短時間の場の設定



6. 練習運動をする。(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. 中央の青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て教(岩本)える。

・I. M. . . 入るタイミングを教えて、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(西村)できれば指示のみで教えて、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。

・K. N. . . 音中を軽くたたいて、タイミングを(西村)つかませたい。指示で両足とびでとばせたい。

・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、ひとりでとべよう囂きたい。

8. みんなで声を出して、ゆっくりと体操させる。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。

個人目標とからだの回復

学年	生徒	問題題材(生活上・健康上)	個人目標	実験				からだの目標	方針・手立て
				身体的条件	運動能力・体力	社会的適応	感想		
1	K(男)	落ち書きがないながる。落ち着いて生活する。	落ち書きがないながる。落ち着いて生活する。	ローレル指筋脂肪率11%、骨筋脂肪率17%、皮下脂肪率6%	相手は意識で起きる。時間が競争心に欠ける。	こ時々が起る。相手も競争心で起きる。	たくましいからだをつくる。	できるだけ運動をさせることで、筋力を高める。	できるだけ運動をさせることで、筋力を高める。
1	K(男)	集中力がないことで取り組む。物事に丁寧に取り組む。	集中力がないことで取り組む。物事に丁寧に取り組む。	ローレル指筋脂肪率13%、骨筋脂肪率17%、皮下脂肪率8%	集中力がない。根気が続かない。	集中力がない。根気が続かない。	指筋脂肪率13%、骨筋脂肪率17%、皮下脂肪率8%	自分の自己管理ができる。自分自身のことをよく見て、自分自身を育てる。	できるだけ運動をさせることで、筋力を高める。
1	H(女)	身辺整理ができないで取り組む。物事に集中して取り組む。	身辺整理ができないで取り組む。物事に集中して取り組む。	ローレル指筋脂肪率13%、骨筋脂肪率24%、皮下脂肪率1%	集中力がない。	集中力がない。	指筋脂肪率13%、骨筋脂肪率24%、皮下脂肪率1%	ひきしまったからだをつくる。知識を身につける。	できるだけ運動をさせることで、筋力を高める。
1	Y(女)	明るく活発であることが多い。リヤがほとんど使えない。	明るく活発であることが多い。リヤがほとんど使えない。	ローレル指筋脂肪率35%、骨筋脂肪率25%、皮下脂肪率2%	身体を動かす運動も得意である。	身体を動かす運動も得意である。	指筋脂肪率35%、骨筋脂肪率25%、皮下脂肪率2%	ひきしまったからだをつくる。知識を身につける。	できるだけ運動をさせることで、筋力を高める。
1	K(女)	物事に一生懸命取り組むが、肥満のため動きも範囲も狭い。	物事に一生懸命取り組むが、肥満のため動きも範囲も狭い。	ローレル指筋脂肪率50%、骨筋脂肪率40%、皮下脂肪率2%	動きことは嫌い運動が嫌い。	動きことは嫌い運動が嫌い。	指筋脂肪率50%、骨筋脂肪率40%、皮下脂肪率2%	ひきしまったからだをつくる。知識を身につける。	できるだけ運動をさせることで、筋力を高める。
1	Y(女)	腰痛を訴える。腰痛をつくる。	腰痛を訴える。腰痛をつくる。	ローレル指筋脂肪率50%、骨筋脂肪率40%、皮下脂肪率2%	腰痛を訴える。腰痛をつくる。	腰痛を訴える。腰痛をつくる。	指筋脂肪率50%、骨筋脂肪率40%、皮下脂肪率2%	ひきしまったからだをつくる。知識を身につける。	できるだけ運動をさせることで、筋力を高める。
1	Y(女)	筋肉が弱く、力を出しづらっている。	筋肉が弱く、力を出しづらっている。	ローレル指筋脂肪率49%、骨筋脂肪率37%、皮下脂肪率2%	手・足の筋力が弱い。	手・足の筋力が弱い。	指筋脂肪率49%、骨筋脂肪率37%、皮下脂肪率2%	筋肉を鍛えたい。筋肉を鍛えたい。	できるだけ筋力を高めたい。
1	Y(女)	腰痛(生活不能がある)で困ることがある。	腰痛(生活不能がある)で困ることがある。	ローレル指筋脂肪率47%、骨筋脂肪率37%、皮下脂肪率2%	根気が続かない。	根気が続かない。	指筋脂肪率47%、骨筋脂肪率37%、皮下脂肪率2%	できるだけ運動をさせて、腰痛を軽減する。	できるだけ運動をさせて、腰痛を軽減する。

2	Y (男) U (男)	人とのかかわりをつぶさ生活する。いつも自分の持つ手。	場に感じた会話ができる。まわりの人とコミュニケーションを取ることも多	ローレル指脂肪率11.8%、体脂肪率12.5%
2	Y (男) K (男)	落ち着かない手をあへるが苦手。	集団の中でも落ち着いて生活する。まわりの人が多いといふ生活で開くのが苦手。	自閉的傾向
2	M (男) I (男)	人のあるものを持つ難い欠け、根気が弱い。	他の物の区別をつかない手を出さない。	自閉的傾向
2	K (男) T (男)	舍人の話を聞くのが苦手などいがけじめがない。	指示をきちんと聞く行動する。	自閉的傾向
2	T (男) K (男)	自己中心的なところがあるやや不明瞭。	集団生活のルールに従って行動をする。	自閉的傾向
2	N (女) Y (女)	責任感に乏しい。遅刻が見えて説教が嫌いである。	遅刻を意識し、身につける。	自閉的傾向
2	M (女) I (女)	遅刻感に陥り組んでしまう。対しめの友達と組んでしまう。	遅刻感を意識し、身につける。	自閉的傾向
2	S (女) K (女)	回りの友達とおしゃべりするやううとしない。	遅刻感を意識し、身につける。	自閉的傾向
2	A (女) M (女)	行動開始までに時間がかかりへの依存が大きい。	回り組む。	自閉的傾向
3	T (男) O (男)	言語不明瞭な所があるが、生き方に弱い。	生活経験の豊富さと経験したことの取り組む。	自閉的傾向

3 Y (男)	世生健に比べて運動に比べて運動がかかる。	見通しを持つ。歩く。	筋持久力に比べて力に優れる面がある。	指示を理解しながら行動するのに自己健康管理の意を確実に走る。ジムの向上を図る。
3 K (男) N (女)	指示理解はよいが少体調が増す。	基本的生活習慣の吉よすう。	柔軟性に劣ることと運動自らで走るが苦である。	自己を確実に走る。ジムの向上を図る。
3 M (男) H (女)	はさはき、かかがないうが歩く。	筋持久力に比べて運動がかかる。	柔軟性で走るが苦である。	自己を確実に走る。ジムの向上を図る。
3 K (男) O (女)	運動を続ける事が苦しい。	柔軟性に比べて運動がかかる。	柔軟性で走るが苦である。	自己を確実に走る。ジムの向上を図る。
3 S (男) N (女)	運動を楽しむが苦い。	柔軟性に比べて運動がかかる。	柔軟性に比べて運動がかかる。	自己を確実に走る。ジムの向上を図る。
3 Y (女) K (女)	やや運動があまりしない。	柔軟性に比べて運動がかかる。	柔軟性に比べて運動がかかる。	自己を確実に走る。ジムの向上を図る。
3 I (女)	理解があり運動が多い。	柔軟性に比べて運動がかかる。	柔軟性に比べて運動がかかる。	自己を確実に走る。ジムの向上を図る。

3 H (女) M	身辺整理技能が十分でない。 意図的行動が十分でない。 意図的行動が十分でない。	身辺整理技能が十分でない。 意図的行動が十分でない。 意図的行動が十分でない。	身辺整理技能が十分でない。 意図的行動が十分でない。	身辺整理技能が十分でない。 意図的行動が十分でない。
3 E (女) M	新しい環境への適応力にやや劣る。 自我存心が強い。	はきはきと意思表も はきはきと意思表も はきはきと意思表も	はきはきと意思表も はきはきと意思表も はきはきと意思表も	はきはきと意思表も はきはきと意思表も はきはきと意思表も
3 Y (女) M	意思表出がはつきはつきであります。 感情が浮き流ります。	ローレル指筋脂肪 1座25、9脂肪 1座25、9脂肪 1座25、9脂肪	ローレル指筋脂肪 1座25、9脂肪 1座25、9脂肪 1座25、9脂肪	ローレル指筋脂肪 1座25、9脂肪 1座25、9脂肪 1座25、9脂肪
3 M (女) Y	左右どちらか忘れる。 意思表出がはつきはつきであります。	ローレル指筋脂肪 1座25、9脂肪 1座25、9脂肪 1座25、9脂肪	ローレル指筋脂肪 1座25、9脂肪 1座25、9脂肪 1座25、9脂肪	ローレル指筋脂肪 1座25、9脂肪 1座25、9脂肪 1座25、9脂肪

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

・起床時間

登校日

	本校	他県義謹	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	他県義護	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)