

# スキトレ企画書

作成日：2025 年 2 月 17 日

校名： とふろう南 企画者： 吉川

活動名： さかさまジャンプ	
本活動の着眼点	
ヴィジョントレーニングとして本活動を立案	
本人支援 5 領域とのつながり	
<input type="checkbox"/> 健康・生活 <input checked="" type="checkbox"/> 認知・行動 <input checked="" type="checkbox"/> 運動・感覚 <input type="checkbox"/> 言語・コミュニケーション <input type="checkbox"/> 人間関係・社会性	
生活上の困り感 /目的・趣旨(ねらい)	
<input type="checkbox"/> 動きを真似することが苦手 <input type="checkbox"/> 文字がマスからはみ出る ・右と左が分からない	<input type="checkbox"/> 目と体の協応発達促進
活動の概要	
<b>【場所】</b> 指定なし <b>【所要時間】</b> 約 5 分程度 10 回×3 セットなど <b>【人数】</b> 1 人～ <b>【対象者】</b> 7 歳～ <b>【必要な道具】</b> ・矢印カード [矢印カード作り方] 参照	
活動の進め方	
<b>【スタッフの事前に準備する物・内容】</b> ・矢印カードを作成する  <b>【活動内容】</b> 1. 矢印カードを提示する（提示する際矢印の向きを言わない） 2. 矢印と反対方向にジャンプする 1 と 2 を繰り返す 跳んだ後はその場所から再開する 並び方は横 1 列（前後には並ばない）（十分な距離を開ける）	

# スキトレ企画書

同じ向きの矢印が複数回提示されてもよい  
方向は右、左、前、後ろの4方向

## 【進行上の留意点】

- ・始めに終わる時間を提示する
- ・矢印カードは全員が見えるように提示する

## 【役割】

進行：1名

補助：1名～

### スタッフの着目点

- ・矢印を見てから動いているか

### 活動を行う上での注意点

- ・転倒や衝突の可能性がある為安全を確保したうえで行う

### 予算

- ・段ボール 0円（廃材）

計 0円～

### その他

上手くできたかどうかよりも楽しんで参加できたかどうかが重要

### 矢印カードの作り方

1. 付属の矢印ページを2枚印刷する
  2. 段ボールをA4サイズにカットする
  3. 段ボールの表と裏に向きを逆にして矢印を貼りつける
- 提示者側には常に正解の方向が見えるようになる

### ステップアップ

1. ジャンプしながらジャンプする方向を言う  
右向き矢印の場合  
「左」と言いながら左へジャンプする
2. ジャンプしながら矢印の向きを読み上げる  
右向き矢印の場合  
「右」と言いながら左へジャンプする

スキトレ企画書

