

山目校舎 小・中学部

「児童のニーズに応じた体づくりの取り組み」

1 テーマ設定の理由

山目校舎小学部の知的障がい学級では、運動経験の偏りや運動量の少なさが目立ち、成長過程での不器用さや肥満傾向がみられる児童がいる。病肢重複学級では、触れられることに抵抗のある児童や、緊張が強く自分で体を緩めることが難しい児童がいる一方で、自力歩行が可能な児童がいる等、実態が幅広い。そこで、それぞれの児童に見合った体を動かす活動を増やし運動習慣を付けていきたい。また単に体力向上だけではなく「楽しい」「できた」と感じられる活動を通して、主体性や自主性を引き出していきたい。

以上のことを知的障がい学級（なのはな学級 1～6組）と病肢重複学級（わかば学級 1～4組 ※R1 からは、わかば学級 1～3組＋山目中学部）の2つのグループで研究、実践を深めていく。

2 研究方針

（1）なのはな学級

- ・朝のランニングの時間の取り組み内容を改善する。
- ・標準化された検査を実施し、児童の運動能力に関する実態把握を行う。
- ・体育の学習内容の系統性等について検討する。（低学年・高学年の学習内容のすり合わせ）

（2）わかば学級・山目中学部

< 1年次 >

- ・肢体不自由児への支援について知見を深めるための研修。
- ・実態に合わせた活動内容の検討。
- ・校内資源や外部専門家の活用（O T、S T）。

< 2年次 >

- ・姿勢づくりについての個別の実践。
- ・外部専門家の活用（O T）。

3 研究経過・内容

| | 内容（なのはな学級） | 内容（わかば学級） |
|--------|---------------------------------|------------------|
| H30 6月 | グループ別方向性の確認 | 今年度の研究内容の計画 |
| 7月 | | 幅広い実態に合わせた水遊びの検討 |
| 9月 | ランニングの現状把握について | O T支援のビデオ研修① |
| 10月 | ランニングの現状と課題確認 MKS運動能力検査実施計画 | 手首の動きについての検討 |
| 11月 | MKS運動能力検査結果について ランニングの改善について | O T支援のビデオ研修② |
| | 学部研修会 ～摂食について～ | 講師：松田 輝美氏（S T） |
| 12月 | 今年度の活動のまとめ | 今年度の活動のまとめ |
| 2月 | 今年度のまとめと次年度の検討 | 今年度のまとめと次年度の検討 |
| R1 5月 | グループ別方向性の確認 | 今年度の研究内容の計画 |
| 6月 | 年間指導計画の確認、授業検討① | 研究実践・検討会① |
| 7月 | 水泳指導の実技研修 | 研究実践・検討会② |

| | | |
|-------|--|------------|
| 9月 | 授業検討② | 研究実践・検討会③ |
| 10月 | | 研究実践・検討会④ |
| 11月 | 学部研修会～ビデオによるグループ別の事例検討～ 講師：二階堂 静氏（OT） | |
| | 児童の変容の考察 | 研究実践・検討会⑤ |
| 12月 | 今年度の活動のまとめ | 今年度の活動のまとめ |
| R2 1月 | 今年度の活動のまとめ（学部全体） | |
| 2月 | 次年度に向けて | |

4 研究実践

<なのはな学級>

(1)「朝のランニング」の改善に向けて

なのはな学級では毎朝 9:10～9:30 の時間帯で「朝のランニング」（ラジオ体操と 10 分間ランニング）を行っている。児童が楽しく意欲的に運動に取り組み、体力向上が図れるよう、より効果的な取り組みとしていくため、平成 30 年度は「朝のランニング」の改善に取り組むこととした。改善に向けて、児童の一人一人の取り組み状況を把握し（4月と9月）、課題と改善案について話し合った。

ア 改善案

- ・児童に応じて周回数を確認できるような教材を用意する。→学級の実態に合わせて（ホワイトボードに記録、カウンター）
- ・コース中に目標となるような物を設置する。→トンネル、鈴を設置
- ・BGMの工夫によりモチベーションを高める。→児童の好きなアニメソングを中心に 10 分に編集。途中に「あと〇分だよ」の声も入れる。
- ・児童にとって有効な働き掛けを共有し、周りの職員からも励ましと声掛けをする。

イ 児童の変化

- ・周回数の記録により、自分の目標ができ、児童の励みになった。
- ・トンネルをくぐる、鈴を触って音を出すなど、コース中にアクセントができたため、目標がもちやすくなった。コースから外れることが少なくなった。
- ・曲の順番であとどのくらいの時間かが分かり、「あと〇分だよ」の声で頑張る気持ちが高まりペースが上がった。
- ・児童にとって有効な励まし・声掛けができ、意欲につながった。

ウ 令和元年度の取り組みと児童の様子

- ・多くの児童にとってアニメソングの BGM が励みになっていた一方で、違和感を覚えて体育館に入ることができなくなった児童がいたため、歌詞のないオリジナル曲に BGM を変更した。
- ・トンネルの設定は体育館内の用具の設置の都合により終了とした。ランニングの周回が習慣付いたので、なくなっても児童は順調に走ることができた。
- ・1年生がコースを周回することを覚え、みんなと一緒に走れるようになった。周回数も順調に増え、体力がついてきている様子もみられた。
- ・職員数が減ったことで昨年度までの周回数のカウントの工夫が継続できなかった学級もあった。
- ・ランニング記録会を年 3 回（5月、11月、2月）実施した。増加、または現状維持できている児童がほとんどで、減少のみの児童は 1 名だった。
5月と11月の周回数比較（20名中）増加 7名 同数 16名 減少 7名
11月と2月の周回数比較（18名中）増加 13名 同数 3名 減少 2名
5月と2月の周回数比較（18名中）増加 11名 同数 2名 減少 5名

(2) MKS 幼児運動能力検査の実施

児童の運動能力の実態と変容を客観的に把握するために実施した。本検査は幼児対象となっているため6歳後半が一番高い評定基準となっており、厳密な検査結果とはいえない。しかし、「25m往復走」「立ち幅跳び」「ボール投げ」「両足連続跳び越し」「体支持」「捕球」の6項目から構成されており、1年前との比較で個々の児童の変化と全体的な傾向が把握できると考えた。

【MKS 幼児運動能力検査 R1 結果】 ※朝のランニングの時間に1項目ずつ6日間かけて実施
〔総合判定〕 3点（ふつう：標準的な発達） 2名（H30：1名）
2点（少し低い：発達が標準より少し遅れている） 1名（H30：2名）
1点（かなり低い：発達が標準よりかなり遅れている） 17名（H30：19名）

〔6項目〕 評定点（1～5点）のH30との比較 〈対象：小2～6〉

※実施人数は当日欠席があったため、ばらつきがある

| | |
|------------|------------------|
| ○ 25m往復走 | ↑6名 |
| ○ 立ち幅跳び | ↑5名（1点⇒4点1名） |
| △ テニスボール投げ | ↑1名 ↓2名 |
| ○ 両足連続跳び越し | ↑3名 ↓1名 |
| △● 体支持持続時間 | ↑1名 |
| ○◎ 捕球 | ↑8名（1点⇒3点1名） ↓2名 |

○ 昨年度から伸びた項目
△ 昨年度からあまり変化がない項目
◎ 最も評価点が高い項目
● 最も評価点が高い項目

ア 検査結果から

(ア) H30.11（実態把握）

- ・ 評価点が比較的高かった項目は、「捕球」「ボール投げ」。評価点が比較的低かった項目は、「立ち幅跳び」「体支持」「25m往復走」であった。
- ・ 両足をそろえて跳び越すこと、ボールを上から投げること、両手で体を支えること等が難しい児童が多かった。
- ・ 通常の生活の中でやったことのある運動は検査にも生かされているが、経験していない動き・運動はできなかつた。生活の中で動きの幅を拡げていくことが必要である。
- ・ 普段の生活で困っていることを取り上げて、体をうまく使える取り組みをしていく。

(イ) R1.11（1年後の変容）

- ・ 全体的に昨年よりも記録が伸びた。
- ・ 「捕球」の評価点が最も高い。体育の授業、普段の生活や教科学習、自由遊びの中で、手元や遊具等の対象物、目の前の相手等に注目する、相手の動きにタイミングを合わせるできるようになってきたためと考えられる。
- ・ 「体支持持続時間」は昨年引き続き最も評価点が低い。体を腕で支える経験の不足が考えられるが、昨年度からの比較で個々の持続時間には伸びがみられ、他教科や日常の手押し車、雑巾掛け等の取り組みの効果が垣間見えている。
- ・ 「テニスボール投げ」は昨年よりも記録が伸びない場合または微増という児童が多かった。上手投げにつながる動きが児童の日常にあまりなく、小さいボールの投げ方そのものを伝えきれなかつたためと考えられる。

イ 課題

- ・ 小学部段階では全身を使った運動を日常生活で積極的に取り入れ、特にも体が軽い低学年のうちに、体を動かす楽しさを体験できるようにしていきたい。
- ・ 頑張っ取組もうとする気持ちはあるが、肥満傾向や身体的な障がい特性のために検査や記録会の数値としては伸びがみられない児童や高学年になり体が大きくなり幼児向けの検査条件での実施に難しさが感じられる児童もいた。

(3) 授業検討及び研修について

体育の授業は低学年・高学年の2つの学習グループで行っているが、それぞれの授業を見合う機会がほとんどない。そこでビデオや写真を見ながら授業検討を行い、指導方法について意見を出し合い、授業改善と児童の動きの観察をすることとした。また校内外の人的資源を生かし水泳指導と体の動きづくりについて、授業改善に直結する研修を行った。

ア 6月 授業検討 ○良かった点 ●課題

【低学年】ランニング、サッカー（パス練習、ドリブルシュート）

○友達と手をつなぎ輪になったパス練習は、ボールや友達に向けて意識を集中することができた。

○直線的な動線のドリブルシュートは児童に分かりやすい。

●ゴールの設定（数を増やす、ゴールだけでなく的になる物を置く等）。

【高学年】リズム運動、しっぽとりゲーム

○周回コースに様々な用具を設置したことで、自分で考えて体を動かすことができていた。準備や片付けを児童が率先して行っていた。

●普段取り上げていない伸脚や屈伸、アキレス腱伸ばし等の体験も必要では。

イ 7月 実技研修「水泳指導の実際」 講師：山目校舎小学部 佐々木 美智

・水慣れの運動、水中でのサーキット運動

・ヌードルやビート板等の道具の使い方について

ウ 9月 授業検討

【低学年／高学年】水泳の指導

○輪くぐり、ビート板バタ足、ボール入れ、滑り台等のコーナーを設置し、サーキット形式で動く活動を組み入れたことで、主体的な活動につながった。できる児童の動きがモデルになっており、友達を見て模倣したり挑戦したりする様子がみられた。

○ビート板やヘルパーの効果的な使用方法について、個別にアドバイスをもらったことで、体がまっすぐ伸びフォームがきれいになった児童や腰が浮き足を自分で動かすことができるようになった児童がいた。

●水への苦手意識が高くプールに入りたがらない児童へのアプローチ。バタ足で泳ぐことができている児童のステップアップ（クロール、背泳ぎ等）。

エ 11月 学部研修会 講師：日高見クリニック 作業療法士 二階堂 静 氏

・基礎講義「こどもたちの動きの背景にはなにがある？」

・個別の事例へのアドバイス

(4) 年間指導計画について

これまで年間指導計画を低学年・高学年の学習グループ内の授業担当者で見合うことはあったが、お互いに検討し合うことはなかった。そこで6月に今年度のそれぞれの年間指導計画の共通の内容、継続発展している内容、低学年期・高学年期の内容を確認した。その後、11月までの授業検討や児童の変容のまとめ等の取り組みを経て、12月に来年度の学習内容について話し合った。これは原案として来年度に引き継ぐこととした。

<わかば学級・中学部>

(1) 取り組みについて

肢体不自由児の指導についての経験がそれぞれ異なるため、1年次は職員の研修に重点を置いて進めることにした。内容として、児童の実態に合わせた水遊びの検討と、OT支援を活用した検討会を行った。

2年次は、昨年度研修で学んだ内容を生かし、実践を中心とした。病肢重複学級の児童生徒は、身体の状態がそれぞれ異なり、体力の向上が難しい。そこで、

「体づくり」という言葉を「良い姿勢づくり＝活動しやすい姿勢づくり」と捉えた。良い姿勢をつくることで、子どもたちの健康の維持、自分から積極的に授業に参加できる姿、支援を受けながら授業を楽しむ姿等を目指し、個別に実践に取り組んだ。また、毎月わかば学級と中学部の職員で検討会を行い、取り組みの様子について意見交換し、指導の方向性を共有した。

(2) 実践の様子

① 1年次：実態に合わせた水遊びの検討と検討会の様子

| 内 容 | | 成 果 (○良かった点・●検討事項) |
|---------|---|---|
| 水遊び | プールにおける活動の検討 (ビーチボール回し) | <ul style="list-style-type: none"> ○プールでのビーチボール遊びは初めてであったが、集団遊びの中で行うことで、水への恐怖や体の緊張が和らいだ。 ○ボールが回ってくる期待感や友達への意識をもって楽しむことができた。 ○室内チームも賑やかな雰囲気を感じ、良い表情で参加できた。回を追うごとにボールを渡すのが上手になった児童もいた。 ●同じビーチボールを使った活動だったが、実施回数が少なく、両チームの活動内容の共有が不十分であった。 |
| OT支援の活用 | ① 個別学習時における上肢の動きの介助の仕方の検討 (学級の事例より) | <ul style="list-style-type: none"> ○OT支援時の様子をビデオに撮り、わかば職員でその様子をみながら支援の仕方を検討し、職員の共通理解を図る。 |
| | ② 楽器使用時における上肢の動きの介助の検討 (集団学習「どれみタイム」より) | <ul style="list-style-type: none"> ○手や腕を上手に使うためにはまず姿勢づくりが大切ということが分かった。子どもの視野を考慮したり、動作を補ったりして、「できる！楽しい！」が実感できるようにしていきたい。 ○OT支援の活用について、個別だけではなく、今回のように合同の授業を見てもらい、アドバイスをいただく方法も良かった。 ●アドバイスいただいた「良い姿勢」を継続するために(児童自身の意識付けを含め) どうしていけばよいか、方法の検討が必要である。 |

② 2年次：個別実践の様子

| | ① Aさん | ② Bさん | ③ Cさん |
|------------|--|--|---|
| 目指したい姿 | <ul style="list-style-type: none"> ・安定した座位を取ることができる。 ・頭を上げ、人や物をよく見たり、触れたりしながら学習をすることができる。 | <ul style="list-style-type: none"> ・良い姿勢(背中を真っ直ぐにする、足を床に着く等)で授業に参加する。 | <ul style="list-style-type: none"> ・筋緊張が強いので、力を緩め、緩めた姿勢を自分で「楽だ」と思えるようになってほしい(気付いてほしい)。 |
| 取り組みの主な手立て | <ul style="list-style-type: none"> ・バギー用の机やクッションを使用し、上肢の安定を図る。 ・体操の時間に、本人が好み、楽しみながらできる活動を取り入れる(ジムボール、キーボード等)。 ・OTの助言による指導改善。 ・学習環境の改善(リハ時のバギーの調整)。 | <ul style="list-style-type: none"> ・身長に合わせた学習環境の改善(机、いすの見直し、背中と背もたれの隙間にクッションを入れる等)。 ・「良い姿勢」ができているときの写真を見せ、自分で姿勢に意識を向けることができるようにする。 | <ul style="list-style-type: none"> ・取り組み時の環境の調整(台や三角マットの使用有り、無し等)。 ・気持ちを落ち着けて取り組むために… →本人の隣で教師が横になって並ぶ。 →メリハリをつけた、力を緩めるタイミングの声掛け(職員間の共通理解)。 ・OTの助言による指導改善。 |
| 成果と課題 | <ul style="list-style-type: none"> ○成果 ・頭が上がり、学習中に教師や教師が提示した物をよく見 | <ul style="list-style-type: none"> ○成果 ・姿勢の写真を撮って見せることで、姿勢を意識し、 | <ul style="list-style-type: none"> ○成果 ・関わる職員の声掛けを聞き、受け入れて、自分で楽しいと |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | <p>るようになった。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・色々な物に自分から手を伸ばして触れることができるようになった。 ・自分の好きな物に向かって、うつ伏せで両手を使って前進することができるようになった。 ・表情が豊かで、笑顔が増えた。 <p>●課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習環境を整える（車椅子で学習する）ことで、もっと伸びてくる部分があるのではないか。 ・寝返りやうつ伏せで前進するときのように、今後自分でできる動きが増えてくるとよい。 | <p>自分で直そうとするようになった。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・いすを身長に合わせた物に替えることで、足を投げ出すことが減った。また、いすに慣れ、深く座ることができるようになった。 <p>●課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ・今後も継続して取り組んでいく必要がある（今の段階では一時的であること、現在のいすに慣れて、再び足を横に投げ出す様子がみられることから）。 | <p>きと力を緩めるときのメリハリを意識できるようになってきた。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・うつ伏せ姿勢のときに、力を緩めている状態を自分で「楽かも・・・？」と少しずつ思えるようになってきている様子がみられる。 <p>●課題</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習のときや普段の生活のときに、自分で楽な姿勢をとることができるところまでは至っていない。 →今後、うつ伏せ姿勢で気付いた「楽だな」と思える状態を、普段の生活の中で生かせるようになってほしい。 |
|--|---|--|--|

5 成果と課題

くなのはな学級>

(1) 成果

- ・1年次の朝のランニングの改善については、コース設定の工夫、BGMの工夫、実態に合わせた評価の工夫により、児童は、より楽しく意欲的にランニングの活動に取り組むようになった。周回数が増えたり、休みなく走り続けることができるようになったりと、児童の体力向上にもつながっていた。
- ・1年次の3月に「ランニング記録会」を行った。2年次は3回実施した。2グループに分かれ、お互いの走りを見て声援を送り合うことで、友達から拍手をもらい認めてもらったことで自信がつき、次への意欲につながった。
- ・2年間の取り組みの中で、MK S 幼児運動能力検査を2回実施し、運動能力に関する実態と変容を客観的に把握することができた。日常生活での経験不足の動きは検査でもうまくできないことが多く、普段の生活の中で動きの幅を広げていくことの大切であることが1回目の検査結果から分かった。体育の授業以外でも雑巾掛けや様々な身体活動を伴った遊びを取り入れることを心掛けるきっかけとなった。2回目の実施結果では、全体的に記録が伸びており、児童の運動能力の向上がみられた。体支持やボール投げについては評価点が伸びず、今後力をつけていきたい観点として共通認識できた。児童にとっては、年に一度でも積み重ねることで自らの成長を実感でき、さらに「やってみよう」という意欲につながっている姿がみられた。1～6年まで全員で取り組む中で、できる子どもが良い目標、モデルになっていた。
- ・授業検討では、撮影した動画や写真を見ながら協議をしたことで、普段授業に入っていない学団の学習内容、教師の支援の仕方、教材教具の工夫等を見合うことができた。児童の実態、変容についても担任や授業者だけでなく、職員みんなで意見を出し合い、共有することができ有意義だった。また、意見を付箋に記入する方法を進めることで、教員一人一人が自分の考えをまとめて、目に見える形で協議することができた。
- ・水泳指導については、専門性のある職員が講師となりプールで実技研修を行った。基本的な段階や道具の使い方、具体的な支援の仕方を学ぶことができた。低学年の授業では手本の提示や動きに合わせたワンポイントアドバイスが児童に対してなされた。高学年の職員は個々の児童に合った補助具の使い方等について助言を得て、適切な支援方法を学ぶことができた。それらにより児童に「できる」嬉

しさを、楽しさを存分に味わわせることが大切だということを再認識できた。

- ・ 嘱託非常勤講師である作業療法士による研修会では、知的障がい児の感覚の特性を踏まえた上で、児童の実態に即したアドバイスをいただくことができた。
- ・ 児童にとって「できる」「やれる」と感じたことが「もっとやってみたい」という意欲につながることを実感した。

(2) 課題

- ・ 運動能力が高い児童に対して、次の段階の指導が不十分だった。(もともと泳げる児童にはクロール、背泳ぎ等の指導ができれば良かった。)
- ・ 体重増加の改善ができない児童がいた。
- ・ 体育の技術的な動き以前に、体づくり運動がもっと必要な児童がいると実感した。日常生活の中でも培える動きを意識して取り組めば良かったと思う。
- ・ 教師が運動のやり方を伝えること、目的にかなった運動を促すことが難しいと感じる児童は幼児運動能力テスト、ランニングの周回数の変化がなかったり、数字が低下したりした。未学習、不足学習の場合は、今後の運動経験で改善が期待されるが、そうでない場合の運動課題の伝え方はどうあれば良いか、検討を要する。
- ・ 子ども達一人一人、それぞれの歩みで変容し、できるようになったことはあるが、その変容に関する分析が弱かったかもしれない。
- ・ 日々の業務の負担にならないようにしつつ、授業の質を高めていく学部研究の在り方はどうあればよいか。

<わかば学級・中学部>

(1) 成果

- ・ わかば学級で水遊びの内容を研究として扱ったのは今回が初めてであった。子どもの実態に応じた遊びの内容を検討する機会となり、今後の授業に生かしていくことができるものとなった。わかば学級の児童は、実態からプールでの学習が難しい児童もいる。学習の場が分かれてしまっても、ビーチボール回しなどのような同じ活動を行い、内容をお互いに共有する学習の方法も児童の意欲を引き出すために有効であることが分かった。
- ・ 姿勢づくりについては、日々の授業の中で取り組む実践であり、様子を検討し、次の日からの授業に生かす等、児童に直接還元できる形で研究を進めることができた。また、学習場面、生活場面全般を通して、職員一人一人が姿勢づくりの大切さを理解し、児童に関わることができた。
- ・ 2年次は個々の取り組みが主であったが、児童に関わる職員で実践について共有し、意見交換をすることができて良かった。検討会を通して職員が新たな学びを得たり、同じ方向性で指導に当たることができた。
- ・ 1年次、2年次を通してOT等外部の人材を活用したり、助言をいただくことで知識を深め、日々の指導や支援方法の充実を図ることができた。
- ・ この2年間は、1年次でのまとめを受け、2年次では個々の姿勢づくりに取り組む、という流れで研究を行った。姿勢について関わる職員全員で考え、意見交換を行うことで、児童一人一人の身体の状態について掘り下げることができたことは成果である。今回の研究を元に、次年度以降、集団学習の場でも、児童が自分から積極的に授業に参加できる姿、支援を受けながら授業を楽しむ姿を目指し、授業づくりをしていきたい。

(2) 課題

- ・ 1年次、2年次ともに通院や体調不良等で欠席が多い児童は、授業の参加回数が少なくなってしまうたり、わかば学級全体でも人数が揃わず、少人数での学習になったりすることがあった。児童によっては学習が積み重なりにくい面があり、継続した取り組みが難しかった。

- ・ 1年次で、授業において子どもたちが積極的に授業に参加できるようになるためには「姿勢づくり」が大切であることが分かった。そこで2年次は子どもの姿勢に着目した。OTから助言をいただき、一般的にイメージされる「良い姿勢」が、本当に子どもにとって「活動しやすい姿勢」なのかを考える必要があることを学んだ。一般的なイメージにとらわれず、個々の子どもの身体の状態に合わせて、活動しやすい姿勢の検討が必要であった。その上で、「この活動では子どものこんな姿を引き出したい」という活動のねらいを職員間で共有し、合同授業や学級での活動を組み立てていくことが今後も引き続き必要である。また、子ども自身が自分の身体を動かしやすくするために、教師はどうアプローチしたらよいか、ということについて振り返り、よりよい方法を今後も探っていけるとよいと感じている。

6 参考資料

MKS 幼児運動能力検査ホームページ (<http://youji-undou.nifs-k.ac.jp/>)