

研究主題

自立活動における一人一人の教育的ニーズに応じた指導・支援のあり方  
—日常生活につながる力の習得に向けた体育科学習を通して—

【目次】

○自立活動フローシート①	.....	1
○自立活動フローシート②	.....	2
○場の設定	.....	3
○振り返りカード・めあてカード①②	.....	4・5
③④	.....	6・7
○子どもの自己肯定感を高める言葉かけ	.....	8

印旛支部

令和6年8月22日

成田市立成田小学校

押田 靖弘

# 自立活動フローシート(自・情)

学部・学年 **小・1** 氏名 **A児**

障害の状態、発達や経験の程度、興味・関心、学習や生活の中で見られる長所やよき、課題等について情報収集

習慣化すると、自信をもって行動することができる。身体の使い方がぎこちないところがある。

収集した情報を自立活動の区分に即して整理

実態把握

健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
・偏食があるが、給食は、好き嫌いなく食べようと努力している。	・活動への見通しがもてると、自分から動こうとすることが多い。 ・感情的になることは少なく、落ち着いて生活することができる。 ・注意力が乏しい。	・他者からの問いや投げかけに応えるまでに時間を要する。	・固有覚及び前庭覚が乏しいことから、バランスを崩し、転んでしまったり、物を落としてしまったりすることが多い。 ・自分の身体がどのように動いているのか捉え切れていない。	・握力や手指の巧緻性が乏しく、ペットボトルの蓋が開けられないなど、道具の操作に困難さがある。 ・目と手先の協働動作に困難さがあり、体を思うように動かせないことがある。	・自分の興味や関心があることを伝えられるが、人の話を最後まで聞けないことがある。 ・語彙力が乏しく、自分の考えや思いを言葉で伝えられないことがある。

いくつかの指導目標の中で優先する目標として

3年後にめざす姿	<ul style="list-style-type: none"> <li>○人や物にぶつかった際などに、自分の力で身体の重心を保ち、転ばない。</li> <li>○ペットボトルの蓋を開けることができる。</li> <li>○安定して、物の持ち運びができる。</li> </ul>
----------	---

長期目標(年間)	<p>※指導すべき課題が、それぞれどのように関連しているのかを整理し、中心的な課題を導き出して目標を立てる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○体幹を高めることで、立位、座位といった姿勢保持ができる。</li> <li>○力を入れる調整力を身に付け、安定して物をもつことができる。</li> </ul>
----------	--

指導目標を達成するために必要な項目の選定

	健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
選定した項目	<ul style="list-style-type: none"> <li>①生活のリズムや生活習慣の形成</li> <li>②病気の状態の理解と生活管理</li> <li>③身体各部の状態の理解と養護</li> <li>④障害の特性の理解と生活環境の調整</li> <li>⑤健康状態の維持・改善</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①情緒の安定</li> <li>②状況の理解と変化への対応</li> <li>③障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服する意欲</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①他者とのかかわりの基礎</li> <li>②他者の意図や感情の理解</li> <li>③自己の理解と行動の調整</li> <li>④集団への参加の基礎</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①保有する感覚の活用</li> <li>②感覚や認知の特性についての理解と対応</li> <li>③感覚の補助及び代用手段の活用</li> <li>④感覚を総合的に活用した周囲の状況についての把握と状況に応じた行動</li> <li>⑤認知や行動の手掛かりとなる概念の形成</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①姿勢と運動・動作の基本的技能</li> <li>②姿勢保持と運動・動作の補助手段の活用</li> <li>③日常生活に必要な基本動作</li> <li>④身体の移動能力</li> <li>⑤作業に必要な動作と円滑な実行</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①コミュニケーションの基礎的能力</li> <li>②言語の受容と表出</li> <li>③言語の形成と活用</li> <li>④コミュニケーション手段の選択と活用</li> <li>⑤状況に応じたコミュニケーション</li> </ul>

選定された項目を関連付け、具体的な指導内容を設定

具体的な指導内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「なかよし体操」において、上肢・下肢の協調運動を行い、身体の柔軟性を高める。基本的な動きを身に付けることができるように、教員が前で手本となる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・握る力を使って身体を支える体幹を高めるために、クライミングロープに加工を加え、自分の身体を支えやすくする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・動きを撮影しテレビに映し、児童自ら身体がどのように動いているか確かめることができるようにする。</li> </ul>
----------	--	--	--

指導場面(各教科・単元名)	教科等	単元名等	教科等	単元名等	教科等	単元名等
	体育科	多様な動きをつくる運動遊び —たけのこランドで遊ぼう—	道徳	生きている自分	生活科	おもしろいあそびがいっぱい

※ 特別支援学校教育要領・学習指導要領解説 自立活動編(幼稚園・小学部・中学部)より抜粋及び参照。(P.160~163)  
—リンクはこちらから

## 自立活動フローシート(自・情)

学部・学年 小・6 氏名 B児

障害の状態、発達や経験の程度、興味・関心、学習や生活の中で見られる長所やよき、課題等について情報収集

動植物への興味関心が高い。過去の出来事に執着してしまい、友達関係に不安を抱えている。

収集した情報を自立活動の区分に即して整理

実施把握	健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
	・寒暖に合わせて服装を調整することができる。 ・手洗いの習慣が身に付いていない。	・友達とうまく関わっていないことを自覚していて、不安が強くなってきている。	・相手の表情や態度から総合的に判断するのではなく、過去の出来事をフラッシュバックして人間関係が築けないことがある。	・突然の日課変更等、対応できないことがある。	・指先の巧緻性が徐々に身につけている。	・自分の興味や関心があることを伝えられるが、人の話を最後まで聞けないことがある。 ・語彙力が乏しく、自分の考えや思いを言葉で伝えられないことがある。

いくつかの指導目標の中で優先する目標として

3年後にめざす姿	○相手の様子に合わせたコミュニケーションを取ることができる。 ○遊びや学習を通して、友だちとなかよく関わることができる。
----------	---

長期目標(年間)	※指導すべき課題が、それぞれどのように関連しているのかを整理し、中心的な課題を導き出して目標を立てる。 ○自己理解を深めることにより、体調・感情等の自己管理能力やコミュニケーション能力及び自分なりの学習方法を身に付け、前向きな気持ちを育み、自尊感情を高める。
----------	--

指導目標を達成するために必要な項目の選定

選定した項目	健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
	①生活のリズムや生活習慣の形成	①情緒の安定	①他者とのかかわりの基礎	①保有する感覚の活用	①姿勢と運動・動作の基本的技能	①コミュニケーションの基礎的能力
	②病気の状態の理解と生活管理	②状況の理解と変化への対応	②他者の意図や感情の理解	②感覚や認知の特性についての理解と対応	②姿勢保持と運動・動作の補助的手段の活用	②言語の受容と表出
	③身体各部の状態の理解と養護	③障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服する意欲	③自己の理解と行動の調整	③感覚の補助及び代行手段の活用	③日常生活に必要な基本動作	③言語の形成と活用
	④障害の特性の理解と生活環境の調整		④集団への参加の基礎	④感覚を総合的に活用した問題の状況についての把握と状況に応じた行動	④身体の移動能力	④コミュニケーション手段の選択と活用
	⑤健康状態の維持・改善			⑤認知や行動の手掛かりとなる概念の形成	⑤作業に必要な動作と円滑な遂行	⑤状況に応じたコミュニケーション

選定された項目を関連付け具体的な指導内容を設定

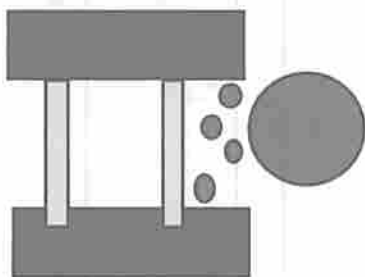
具体的な指導内容	・学習の流れがわかるよう、ホワイトボードに書いておく。	・友達の話最後まで聞くことができるよう、教員が注視するようハンドサインによる指示や言葉かけをする。 ・他の児童の様子や思いを正確にとらえることができるよう、教員がわかりやすく伝える。	・できるようになったことを伝えやすくするよう、自分の動きを撮影し、発表の際に使えるようにする。また、めあてカードに書かれている内容を見て伝えることを促す。
----------	-----------------------------	--	---

指導場面(各教科・単元名)	教科等	単元名等	教科等	単元名等	教科等	単元名等
	体育	多様な動きをつくる運動遊び —たけのこランドで遊ぼう—	国語科	自分の考えを発信しよう	道徳	友達だからこそ

※ 特別支援学校教育要領・学習指導要領解説 自立活動編(幼稚園・小学部・中学部)より抜粋及び参照。(P. 164~167)  
→リンクはこもから

# ステージ

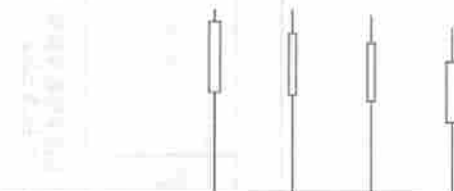
バランスランド  
(平均台)  
君ならどうわたり切る？



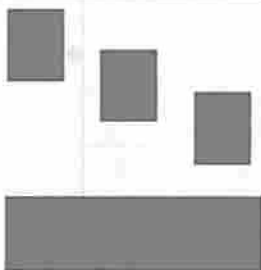
よじのぼりランド  
(肋木)  
どんどんよじのぼり、国旗  
カードやコインを探そう！



ロケットランド  
(バトンスロー)  
バトンをどこまでとどかせられるか



ロープとびったんこランド  
(クライミングロープ)  
ロープをにぎって川をわたれるか



# ステージ

平均台



肋木



バトンスロー



クライミングロープ



# たけのこランドをたのしもう

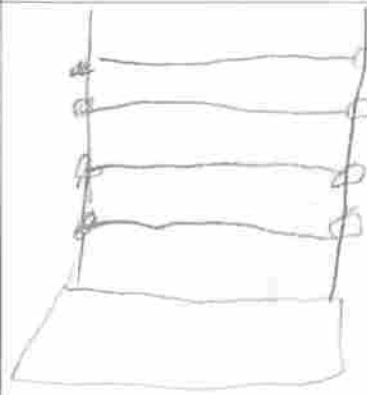
なまえ  
名前 \_\_\_\_\_

がくしゅう  
学習のふりかえり

きょうのがんばったこと

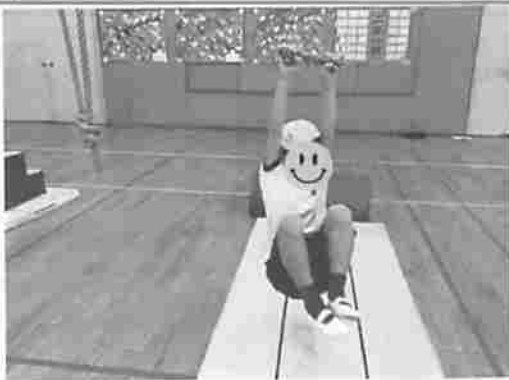


つぎにがんばりたいこと



ゆらゆらできた

たかいところ  
にのぼる



ぶらさがりマシン(かなし)



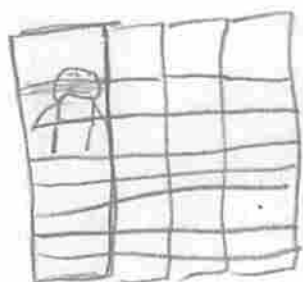
ロクボクジャンケン  
まず上にのぼってから  
ジャンケンをしてからと  
びおりをします。

# たけのこランドをたのしもう

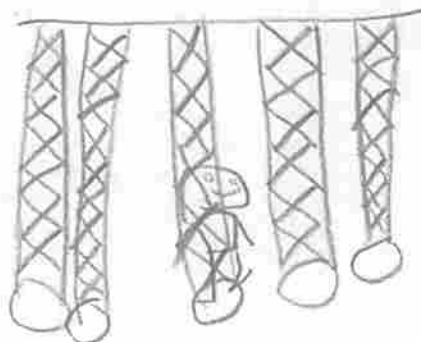
なまえ  
名前 \_\_\_\_\_

がくしゅう  
学習のふりかえり

きょうのがんばったこと



つぎにがんばりたいこと



ろくしぼくでいきい  
30のしこまをま  
した

ターザンロープ  
でぶらさがりたいです



ろくしぼくジャン  
けん

ぶらさがターザン(カあり)

# たけのこランドをたのしもう

なまえ  
名前 \_\_\_\_\_

がくしゅう  
学習のふりかえり

きょうのがんばったこと



つぎにがんばりたいこと



きょう ぼくのうえのほうを  
くぐることができました。  
とてもたのしがたです。

次は、ロケットをとばすところ  
でできるだけ上にとはせる  
ようになりたいです。



ろく ぼくが、たんぼし



たかくでできるよふ  
なりたい。こうそくロケ  
ト



リョウ手ロケットはび



2スティック  
バランス



バランスキック



3人協力カベキン台ボールなび



子どもの自己肯定感を高める言葉かけ



リズムに合わせて動いているよ。  
みんなの動きがそろっているよ。  
気持ちいい。  
前に〇〇さんが見せてくれた遊び  
だね。いいめあてだね。



自分の手と腕だけで、ぶら下がっ  
ているよ。  
片手を離しているけど、恐くない  
の？しっかりロープをつかめている  
んだね。



前は、先生と一緒に渡っていたけ  
ど、今は自分の力だけで渡ってい  
るよ。すごいね。  
バランスを取りながら、ボールの  
受け渡しができるの！？



ロケットのように飛ばせたね！  
〇〇さんの投げ方のいい所は？  
友だちも投げやすい位置でロープ  
を持ってきているんだね。うれ  
しいね。



友だちとの遊び方を考えたんだ  
ね。楽しそう。勝ったら、一段ず  
つ上がっていく…なんてね。  
高い所まで登れたね。つかみ方は  
どう？



力を合わせると、早く準備ができ  
るんだね。遊ぶ時間が増えそうだね。  
できるようになったことが、たくさ  
んあったね。次回はもっとレベルア  
ップしたい？

第74次 印旛地区教育研究集会 特別支援教育

第13分科会 特別支援教育

研究主題

自立活動における一人一人の教育的ニーズに応じた指導・支援のあり方  
一日常生活につながる力の習得に向けた体育科学習を通して一

印旛支部  
令和6年8月22日

成田市立成田小学校  
押田 靖弘

## 1. 研究主題

自立活動における一人一人の教育的ニーズに応じた指導・支援のあり方

—日常生活につながる力の習得に向けた体育科学習を通して—

## 2. 主題設定の理由

### 【社会的背景及び学習指導要領より】

文部科学省の「障害のある子供の教育支援の手引」において、「教育的ニーズとは、子供一人一人の障害の状態や特性及び心身の発達の段階等を把握して、具体的にどのような特別な指導内容や教育上の合理的配慮を含む支援の内容が必要とされるかということを検討することで整理されるものである。」と示されており、児童生徒一人一人の教育的ニーズに基づき、自立と社会参加に向けた力を育成することが求められている。

また第3次千葉県特別支援教育推進基本計画では、小・中学校における特別支援教育の充実に向け、特別支援学級に在籍する児童生徒一人一人の教育的ニーズを的確に把握した上で、自立活動を取り入れていくことが示されている。

さらに学習指導要領では、自立活動の意義として、「人間としての基本的な行動を遂行するために必要な要素」及び「障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服するために必要な要素」、いわゆる心身の調和的な発達の基盤に着目して指導するものが自立活動であり、自立活動の指導が各教科等において育まれる資質・能力を支える役割を担っていると位置付けられている。

### 【児童の実態から】

私は、通常の学級から特別支援学級(自閉症・情緒障害)になり、目の前にいる様々な課題をもつ子どもたちに対して自分は何ができるかと考え続けてきた。まず、児童の実態を理解するため、「自立活動フローシート」を活用し、児童の実態を整理した。そこから見えてきた課題が次のようなことであった。

- ・人や物にぶつかった際にバランスを取れずにすぐに転んでしまったり、物を持つ際にすぐに落としてしまったりする。またペットボトルのふたを開けることができない。
- ・興味があることや自分が知っている知識などを友だちに伝えることはできるが、友だちの話を聞こうとする意識は低く、言葉によるコミュニケーションを図ることに課題がある。また、相手の立場を考えて話すことができない。

このように瞬発的な身体の調整力・筋力やコミュニケーション能力などの日常生活に必要な力が身に付いていないことがわかった。

### 【体育科学習の特性】

他の教科ではできない運動を通しての経験ができる教科である。例えば、身体を動かす楽しさや心地よさを味わえたり、できる喜びを実感できたり、運動や遊びを通して他者との関わりを築けたりすることができる教科である。

そこで、本研究では、「日常生活に必要な基本動作の習得」や「自他を認め合うコミュニケーション能力の育成」などの指導が、日常生活に必要な力の習得のために効果的であると考え、本主題を設定した。

### 3. 研究仮説

#### 仮説1

多様な動きをつくる運動遊びを取り入れることで、動きに対する調整力を高めることができ、日常生活に必要な力の獲得につながるだろう。

##### (1)音楽のリズムに合わせた準備運動「なかよし体操」

- ・動きに対する調整力を高めるため、身体のストレッチや上下肢の協調運動など、多様な動きを取り入れた内容構成にする。
- ・児童が楽しい雰囲気の中で運動に取り組むことができるよう、音楽に合わせて準備運動をする。

##### (2)保有する感覚を十分に活用した指導内容の工夫

- ・固有覚や前庭覚の活用を意識した、肋木やクライミングロープ、バトンスローなどの教具を使った運動を通して、身体を支えるための力や物を投げるための力など、状況や目的に合わせて身体を調整する力を高める。

#### 仮説2

児童が主体となって運動する場や自他のよさを発表する場を作ることで、運動意欲が向上し、自他を認め合うコミュニケーション能力の育成につながるだろう。

##### (1)自ら運動を楽しもうとする工夫

- ・運動に対する意欲を高めるために、様々な教具を自由に組み合わせながら運動できる場(たけのこランド)を児童が主体となって作る。
- ・たけのこランドとは、多様な動きを取り入れたサーキット運動の場である。内容は、クライミングロープ、肋木、平均台、バトンスローで構成している。
- ・児童が意欲的に課題解決できるようにするため、効果的な補助教具を集めた場を設定する。

##### (2)自他を認め合うコミュニケーションを図るための工夫

- ・自他のよさを認め合えるようにするため、互いに称賛し合ったり、自分の気持ちを表現したりできる場を設定する。
- ・自分の思いや考えたことを言語化しやすくなるように、工夫した自分のめあてカードを見ながら伝えるように促す。
- ・児童の成果やがんばりが、友だちに肯定的に捉えられるよう、教員が共感を促す言葉かけをする。

### 4. 実践

以下、本研究で試みた実践について記していく。その際、いくつかの実践での児童の変容等については、抽出児A・Bの様子を中心に述べ、考察を加えていく。

仮説1-(1)音楽のリズムに合わせた準備運動「なかよし体操」

#### 【たけのこ学級児童の実態】

歌を歌ったり、和太鼓でリズムを合わせて演奏したりするのは好きである。

体育は好きだが、身体の柔軟性に乏しく、動きがぎこちなかったり、飽きたり疲れたりして運動が続かない。

#### 【自立活動の視点】

1 健康の保持「(5) 健康状態の維持・改善に関すること。」

児童の体力低下を防ぐため、親しみのある音楽に合わせることで、運動することへの意欲を高めながら適度な運動を取り入れる。

4 環境の把握「(4) 感覚を総合的に活用した周囲の状況についての把握と状況に応じた行動に関すること。」

なかよし体操を通じて、全身及び身体の各部分を意識して動かしたり、名称や位置を言葉で理解したりするなど自分の身体に対する意識を高め、自分の身体が基点となった位置、方向、遠近などの概念を形成することを目指す。

5 身体の動き「(1) 姿勢と運動・動作の基本的技能に関すること。」

身体の部位を適切に動かしたり指示を聞いて姿勢を変えたりすることが困難な児童に対し、ストレッチの基本的な動きから始め、徐々に多様な動きにつながるよう指導する。毎日継続して繰り返すことで、一つ一つの運動・動作が確実にできるようにすることを目指す。

#### 【体育科学習の特性を生かした実践】

体操の内容には、「伸脚」や「アキレス腱伸ばし」といった静的ストレッチ、「腕を広げる」、「腕を回す」、「腕を上下に振る」といった動的ストレッチ、「一定のリズムでケンケンやジャンプをする」といったリズム運動を取り入れた。さらにそれらの運動を組み合わせ、上肢と下肢がそれぞれ違う動きで連動し、動きたい意思と行動が伴って実感できる運動を行うことで、身体の柔軟性や敏捷性、持久力を総合的に高めることに効果的であった。また、歌を歌ったり、音楽を聴いたりすることが好きな児童が多いことから、児童の好きな音楽を使うことで、児童の運動意欲の持続につながった。

身体をどのように動かしていいかわからない、リズムに合わせて動くことができない児童に対して、教員が前で模範を示したり、児童の手を取って一緒に身体を動かしたりした。また、運動の仕方について、言葉で伝えることで、身体の部位を知り、進んで運動する意欲の向上につなげることができた。

成田中学校区の児童生徒共通の準備運動として取り入れることで、児童生徒の基礎体力の向上と、中学校に進学した際、新しい環境下での心理的な安定にもつなげることができた。



写真①・②

なかよし体操の様子

#### 【児童の実態と日常生活に関連付けた変容】

4分間の音楽に合わせたなかよし体操は、体育の授業だけでなく、毎日の日課であるランニ

ングの準備運動としても行っている。継続して行うことで、一つ一つの運動・動作が確実にできるようになり運動量も増え、肥満度が下がり健康の保持につながった。

身体の柔軟性や敏捷性、持久性が高まったことで、鬼ごっこで上手に長く逃げられるようになったり、トランポリンがリズムよく跳べるようになったりするなど、日常生活の中での遊びをもっと楽しめるようになった。

全身及び身体の各部分を意識して動かしながら、名称や位置を言葉で理解したことで、日常生活においても、自分の身体の様子を伝えたり、他者からの指示を聞いて適切に動いたりすることができるようになった。

また、中学校での体育でも同じ体操が行われることで、自信を持って授業に参加できるようになったと報告があった。

仮説1-(2)保有する感覚を十分に活用した指導内容の工夫

《肋木・クライミングローブを活用した実践》

#### 【児童Aの実態】

物を持つ際にすぐに物を落としてしまう。ペットボトルのふたを開けることができない。要因には、手指の巧緻性が乏しく力加減の仕方がわからない、握力が低い、注意力の欠如等が考えられる。肋木の上等の高い場所での活動は怖がらずにできる。

#### 【自立活動の視点】

5 身体の動き「(2)姿勢保持と運動・動作の補助的手段の活用に関すること。」「(5)作業に必要な動作と円滑な遂行に関すること。」

肋木やクライミングローブを加工して、握ったりぶら下がったりする運動を取り入れることで、日常生活に必要な基本動作を身に付けることを目指す。また、作業に必要な基本動作の習得や巧緻性、敏捷性の向上を図るとともに、目と手の協応した動き、姿勢や作業の持続性などについて、自己調整できることを目指す。

#### 【体育科の特性を生かした実践】

肋木は、等間隔に並んだ横木により、身長・体重・体格の異なる子どもでも、握りや体勢の調節が容易であり、全身を操作して行うことから巧緻性をはじめとした身体の調整力を高めることが期待できる。また、つかむ、離すの動作を繰り返すことで、力が入るつかみ方の技能習得に効果的だと考えた。

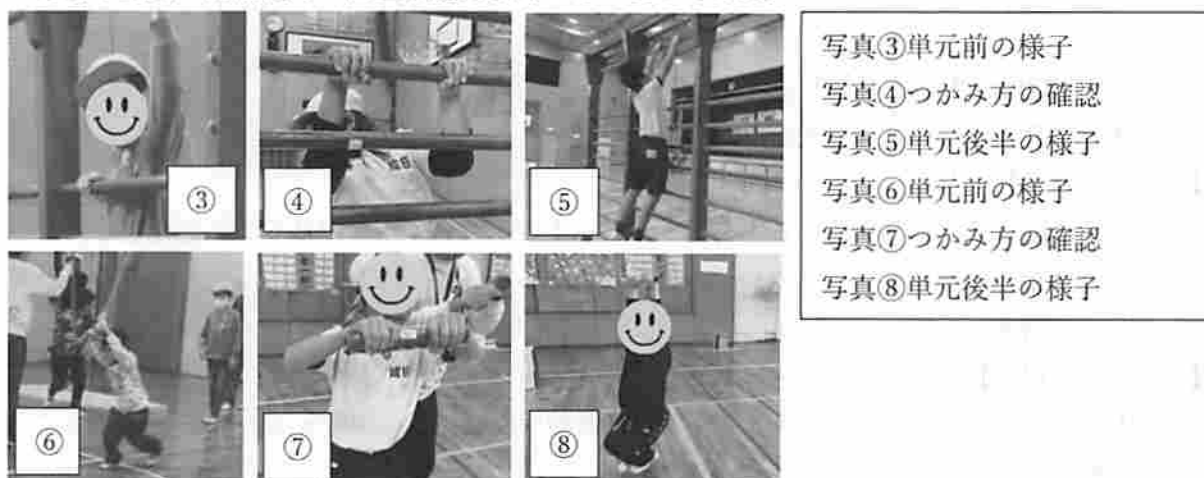
まず、「力が入りやすいつかみ方」の習得に向け、さる手と順手では、どちらが力が入りやすいかを比べる時間を設けた。児童は、順手の方が力が入り、身体を支えやすいと実感した。次に「力が入りやすいつかみ方」を習得した児童は、手元を見ながら、つかむ、離すに加えて、上下肢の動きを連動させることで、肋木で上下左右の移動ができるようになった。身体の調整力の向上につなげることができた。

クライミングローブは、ローブによじ登ったり、ぶら下がったりして全身の筋力やバランス力を高める効果が期待できる。また、ローブをつかみ、身体を支えることで、非日常的な振り子の動きを体感できる特性がある。しかし、ローブにぶら下がるといった運動は、ある程度の

握力が必要であることから、ロープをつかみやすくする工夫が必要である。

まず、「クライミングロープの遊び方」を児童とともに考えた。今までに遊んだ経験のある児童がおり、その児童の遊びを見ながら、「どこに力を入れているか」を考えさせた。そこで児童が着目したのは、「つかみ方」であった。肋木で習得した「力が入りやすいつかみ方」で、ロープによじ登ったり、振り子の動きを楽しんだりすることができた。しかし児童によっては、筋力が乏しく、自分の力ではぶら下がることができない児童がいた。そこで、写真⑦のようにつかむ場所を横に向ける工夫をしたことで、肋木と同じようにつかんで身体を支えることができ、ロープにぶら下がり、振り子の動きを楽しむことができた。

肋木やクライミングロープの運動を通して、身体を支えたり、持ち上げたりするためのつかむ力や姿勢の持続性等の自己調整力を高めることができた。



#### 【児童の実態と日常生活に関連付けた変容】

肋木やクライミングロープの運動を通して、「力が入りやすいつかみ方」を習得したことで、重たいものを持ち上げたり、教科書やバッグを落とさずに持ち運んだりできるようになった。また、清掃活動では、雑巾を強く絞ることができるようになった。さらには、家庭において、ペットボトルの開け閉めができるようになったと保護者から話があった。

学級全体としては、握力や腹筋の数値が上がり、基礎体力が高まった。

#### 《バトンスローを活用した実践》

##### 【児童Aの実態】

活動への見通しや興味があると、進んで動こうとすることができる。人や物にぶつかった際にバランスを取れずにすぐに転んでしまう。体幹が乏しい。物を遠くに投げるができない。自分の身体がどのように動いているかを捉えきれていない。投げる経験の欠如が考えられる。

##### 【自立活動の視点】

4環境の把握「(1) 保有する感覚の活用に関すること。」「(2) 感覚や認知の特性についての理解と対応に関すること。」

バトンを投げる動作に必要な重心移動や自分の身体を正しく調整する力を身に付けることを通して、固有覚や前庭覚を活用できるようにする。

ボールよりも投げやすいバトンスローという発達の段階に見合った用具を活用することで固有覚や前庭覚の発達を促すとともに、「できた」という経験から自信をもてるようにする。

#### 【体育科学習の特性を生かした実践】

バトンスローは、斜めに張ったロープにバトンを通し、そのバトン을投げて楽しむ教材である。つかむ、離すの動作に加え、身体の重心移動等、一連の動きを通して最終的にバトンを投げることができる。ここで重要なことは、「つかむ力加減」と「自分の身体がどのように動いているかを認識すること」である。身体を支える、持ち上げる時と、物を投げる時のつかむ力加減が違うことを実感したり、バトンを遠くに飛ばすために試行錯誤しながら身体を動かしたりすることで、身体の調整力が高まると考えた。

はじめに、児童とともにバトンスローでのつかむ力加減について確認した。肋木やクライミングロープのつかむ力加減では、物を遠くに投げることができないことを動きを通して、実感した。その後、児童からは、「たまごを持つくらいの力でつかむ」といった気付きがあり、つかむ力を調整しながら投げる動作を繰り返した。次に自分がどのように動いているかが見てわかるように、一連の動きの動画を撮った。児童は、動画を見ながら、自分の動きに対して、バトンがどこまで飛んでいるかを照らし合わせながら、よりバトンを遠くに飛ばせる動きを考え、運動を繰り返した。投げるための一連の動作がわからない児童には、脚の付く位置に印をしたり、うでの引き方を言葉で伝えたり、目線の先にカラーテープを貼ったりした。

このように場の工夫をすることで、今までより遠くへ投げられたという経験から自信をもつことができるとともに、つかむ力や身体の重心移動といった身体の調整力が高まった。



写真⑨投げる姿勢の確認  
写真⑩足を置く位置の確認  
写真⑪バトンスローの様子

#### 【児童の実態と日常生活を関連付けた変容】

バトンを投げるといった一連の動きを繰り返す中で、自ずと重心移動ができるようになり、目的に合わせた身体の使い方ができるようになった。この運動を通して敏捷性が高まり、物や人にぶつかった際に、身体のバランスを取りながら安定した姿勢保持ができるようになった。

バトンスローでの成功体験から、休み時間に友だちとドッジボールやストラックアウトといった、ボールを使った遊びをするようになり、遊びの幅が広がった。

#### 仮説2-(1)自ら運動を楽しもうとする工夫

##### 【たけのこ学級児童の実態】

運動能力や生活、遊びの経験に差がある。大集団の中では、自信をもてずに自分を出せなかったり、積極的に活動に参加できなかつたりすることが多い。また、初めてのことに對して不安感を抱き、固まってしまう児童も見られる。



### 【自立活動の視点】

3人間関係の形成「(3)自己の理解と行動の調整に関すること。」

過去の失敗経験等の積み重ねにより、自分に対する自信がもてず行動することにためらいがちになることがある。そのため、小集団の中で容易にできる活動を設定した。成就感を味わいながら徐々に自信を回復できるようにし、自己に肯定的な感情を高めていくことを目指した。

### 【体育科学習の特性を生かした実践】

多様な動きをつくる運動遊びは、身体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、伸び伸びと身体を動かしながら、様々な基本的な身体の動きを身に付けることができる。また、運動を通して、自己の心と身体の変化に気づき、考えた運動遊びを友達に伝え合うことで、誰とでも仲よく協力したり助け合ったりすることが期待できる。

本単元では、児童が主体となって多様な動きをつくる運動遊びの場（たけのこランド）を設定した。そこで培われた基本的な動きを活用し、たけのこランドでの遊び方を考えながら運動した。児童の意欲を高める工夫として、児童が主体となって、様々な教具（平均台や肋木など）を組み合わせて準備する時間を設けた。また、各運動場面に児童の興味を引くシールを貼ったり、めあてが明確になるように目印を付けたりしたことで、個々の運動能力に合わせてめあてを設定することができ、意欲的に運動することができた。

運動経験が乏しく、遊び方がわからない児童に対して、協力し合いながら活動する中で、運動の幅を広げられるようベアを作ったり、お助けグッズコーナーを設けたりして、意欲の向上と不安感の軽減をした。お助けグッズコーナーとは、クライミングロープに乗りやすくするための簡易的な台や、平均台でバランスを取りながら渡れるように体育棒などを置いておく場所である。児童は、自分のめあての達成に向けて、お助けグッズを活用しながら運動を行った。またベアで学習することで友だちの遊び方の真似をしたり、友だちとともに遊んだりするなど、自ら運動を楽しもうとする姿勢が高まった。



写真⑫肋木でじゃんけんをする様子  
写真⑬平均台で友だちとバランスを取り合  
って渡っている様子  
写真⑭バトンスローで友だちにアドバイ  
スをしている様子  
写真⑮自分の力に合わせた教具を活用して  
運動している様子

### 【児童の実態と日常生活を関連付けた変容】

小集団で行うたけのこランドでの運動経験から、少しずつ自信をもち始め、交流学級での体育科学習に参加しようとする意欲の向上が見られた。

たけのこランドでの運動経験から、家族と公園に行った際に以前はやらなかった遊具（ターザンロープや吊り橋など）で遊ぶようになったと保護者から話があった。

## 仮説2-(2) 自他を認め合うコミュニケーションを図るための工夫

### 【たけのこ学級児童の実態】

自分の興味や関心があることは伝えられるが、人の話を最後まで聞けないことがある。語彙力が乏しく、自分の考えや思いを言葉で伝えられないことがある。また、友だちとうまく関わっていないことを自覚していて、不安が強くなってきている児童もいる。突然の日程変更に対応できず、不安定になる児童も少なくない。

### 【自立活動の視点】

2 心理的な安定 「(2) 状況の理解と変化への対応に関すること。」

予想されているスケジュールや状況を伝え、理解して適切に対応する力を身に付ける。

3 人間関係の形成 「(1) 他者とのかかわりの基礎に関すること。」 「(2) 他者の意図や感情の理解に関すること。」

慣れた小集団の中で自分を表現することで、身近な人との信頼関係を築き、それを基盤としながら相手の思いや感情を読み取り、周囲の人とのやりとりを広げようとするをを目指す。

6 コミュニケーション 「(1) コミュニケーションの基礎的能力に関すること。」 「(2) 言語の受容と表出に関すること。」 「(4) コミュニケーション手段の選択と活用に関すること。」 「(5) 状況に応じたコミュニケーションに関すること。」

教師の「楽しいね」などの共感的な言葉がけを通じて、人と通じ合う楽しさを感じる中で他者との相互的なやり取りの基礎的能力を高める。さらに、ICT や写真を活用した視覚的な支援をしたり、場や相手の状況に応じて主体的にコミュニケーションを展開したりするなど、コミュニケーションを円滑に行うことを目指す。

### 【体育科学習の特性を生かした実践】

たけのこランド（多様な動きをつくる運動遊び）では、自分が考えた遊び方や、友だちと行ってみたいと感じた運動遊びを実際に行うことで、自分の考えや思いを伝えることが容易であり、他者とのコミュニケーションが図りやすいと考えた。また、運動遊びをする際に、順番やきまりを守り、誰とでも仲よくすることや、使用する用具の準備や片付けを、友だちと一緒にすることを通して、他者と関わることのよさに気づきやすい特性がある。こういった体育の特性を生かしながら次の3点を重視しながら、学習を進めた。

#### ○発表できる場の設定

場や相手に応じて、コミュニケーションを円滑に行う能力を養うために、自ら考えた遊び方やできるようになったこと、友だちと行って楽しかった遊びなどを紹介する時間を設けた。発表の場では、言葉の説明に加え、実際に動いてみることで、自分の意図を伝えることができると実感した。また、事前に撮影した動画と言葉による説明をすることで、コミュニケーションの基礎的能力を高めることができた。

#### ○めあてカードの活用

言葉での説明が困難な児童に対して、自分で立てためあてカードを見せながら伝えることを促した。めあてカードには、言葉に加えて、写真やイラストを用いて表している。児童のめあてが明確になると同時に、コミュニケーションを図る上で、非常に有効であった。

#### ○教員による共感を生む言葉かけ

友だちのがんばりを見て、どんな言葉をかければいいのか分からない児童に対して、教員が「〇〇さんの遊び方は楽しそうだね」や、「〇〇さんも同じように遊んでみたい?」といった言葉がけを繰り返すことで、友だちのよさに気付けるようにした。また「(平均台の場面) 〇〇さん、初めは、先生と手をつないで渡っていたけど、今では自分の力だけで渡れるようになってるね。がんばったね。」と、友だちのがんばりに目が向くように働きかけたことで、児童同士で共感し合う言葉がけが増えてきた。



#### 【児童の実態と日常生活を関連付けた変容】

自分で考えた遊び方を、言葉で友だちに伝えることができた。さらに各運動場面において、相手の状況に合わせたアドバイスなどを進んで行うことができた。

友だちに対して、「その絵上手だね」、「こうやると、うまくいくよ」といった、他者のがんばりを認めたり、励ましたりする肯定的な発言が増えた。

学級全体としても給食や清掃の時間において、友だちの協力を得るために「手伝って」と声をかけ、互いに助け合いながら、準備や片付け、清掃ができるようになった。

#### 5. 成果と課題 (成果○ 課題▲)

##### 【仮説1】

○なかよし体操の実践では、児童の好きな音楽を取り入れたリズム運動を行ったことで、身体を動かすことの楽しさや心地よさを実感するとともに、基礎体力が高まり、日常生活においても進んで運動しようとする児童が増えた。

○固有覚や前庭覚の活用を意識した、肋木やクライミングロープ、バトンスローなどの教具を使った運動を通して、身体を支えるための力や物を投げるための力など、状況や目的に合わせて身体を調整する力を高めることができた。

○「力が入りやすいつかみ方」の習得から、ペットボトルのふたを開けられるようになったり、雑巾を強く絞ったりできるなど、日常生活に必要な力の習得につながった。

▲運動に対する恐怖心や不安感を抱く児童に対して、教具の工夫をしたり、心理的な安定や人間関係の形成、コミュニケーションに関する項目などと関連付けた指導内容を検討することが必要である。

## 【仮説2】

- 児童の発想によって多様な運動遊び（たけのこランド）の構成を設定・変化させたり、個々の興味に合わせたためあてのもとせ方を工夫したりしたことで、運動に対する意欲が持続し、進んで運動に親しむことができた。また、教具の扱い方や準備、片付けの方法を理解し、安全に留意しながら学習することができた。
- 発表の場では、めあてカードやICT機器などの視覚支援を活用したことで、相手に分かりやすく自分の思いやできるようになったことを伝えられる児童が増えた。
- 教員が、他者のがんばりに気付くような言葉を児童にかけたり、称賛を受けた児童の気持ちを言葉にしたりすることで、相互に関わり合う素地を作ることにつながることができた。日常生活においても、児童同士の肯定的な言葉がけが増え、身近な人との信頼関係が生まれ、安心して生活できる教室環境づくりにつながった。
- ▲体育科学習の中での活動であったため、身近な人（特別支援学級の友だち）との関わりが中心であった。人間関係の広がりに向けて、他教科や休み時間、給食など日常生活の中で、意図的に他の学級の児童や教員との関わる場を作っていくことが必要である。

## 6. まとめ

目の前にいる様々な教育的ニーズをもつ子ども達に対して、自分は何ができるかと考え続けてきた。まず、自立活動フローシートを活用し、児童の実態を整理した。そこから「日常生活に必要な基本動作の習得」や「自他を認め合うコミュニケーション能力の育成」が必要であることが見えてきた。

それらの、一人一人の教育的ニーズに基づき、日常生活に必要な力の習得には、身体を動かす楽しさや心地よさを味わい、できる喜びを実感できたり、運動や遊びを通して他者との関わりを築けたりする体育科学習の特性と自立活動を関連付けた指導・支援が効果的であった。すなわち日常生活に必要な力の習得という、自立活動の視点を取り入れた体育科学習では、本研究に示されるようにその充実が自立活動の指導の充実につながるのではないかと考えられる。

体育科学習には、今回取り上げたもの以外にも、様々な自立活動とつながる運動遊びがある。今後も積極的に自立活動の視点を取り入れた体育科学習に取り組んでいきたい。

## 7. 参考文献

- 特別支援学校教育要領・学習指導要領解説 自立活動編（幼稚部・小学部・中学部）〔平成30年3月〕
- 特別支援学校学習指導要領解説 各教科等編（小学部・中学部）〔平成30年3月〕
- 小学校学習指導要領（平成29年告示）解説〔平成29年7月〕
- 障害のある子供の教育支援の手引（令和4年2月）
- 第3次千葉県特別支援教育推進基本計画（令和4年3月）
- 身体づくり運動における肋木活用の勧め 笹田 弥生  
國學院大學人間開発学研究 第10号〔平成31年2月〕