

「こうやるんだ」「やれた」を実感しながら取り組む 自立活動「身体の動き」指導の工夫 —— 指導資料「これカラダ」の作成と活用を通して ——

長期研修員 川村 賢一

《研究の概要》

本研究は、知的障害特別支援学校における自立活動「身体の動き」の指導において、「こうやるんだ」「やれた」を実感しながら、障害による困難の改善・克服に意欲的に取り組む児童生徒の育成を目指し、指導資料「これカラダ」の作成と活用を通して、指導の工夫を図った実践研究である。

指導資料「これカラダ」は、児童生徒に身に付けさせたい基本的な動きと、学校生活全般への支援に関して、具体的な指導内容や留意点をまとめた資料『動き基本編』と『動き活用編』、資料を活用して授業を組み立てる「指導カード」、児童生徒自身が課題を意識し、学校生活に生かすことができる「学習カード」「ポイントカード」で構成した。これらの活用により、自立活動の指導について不安を感じている教師も的確な指導が可能になるとともに、児童生徒が学習活動に見通しを持って取り組むことができるようになると考え、実践を行った。その結果、児童生徒の「こうやるんだ」「やれた」という実感が「またやりたい」という意欲の高まりにつながるなどの成果が見られた。

キーワード 【特別支援一知的障害 自立活動 身体の動き 指導資料「これカラダ」】

群馬県総合教育センター

分類記号：I 0 1 - 0 4 平成26年度 252集

I 主題設定の理由

知的特別支援学校の児童生徒の中には、腕が伸びにくい、ふらふら動いてしまうなど様々な困難が見られる。そうした児童生徒の多くは、自分でどのように身体を動かせばよいのかが分からず、基本的な動きが身に付いていない。しかし、身体の基本動作を繰り返し学習することで改善が見られることがある。本研究では、この児童生徒の身体の動きに着目した。

国では「学校教育法等の一部を改正する法律」が平成19年4月から施行され、特別支援教育の推進が図られている。また、本県では「群馬県特別支援教育推進計画」（平成25年3月）が策定され、障害のある子ども等の自立・社会参加に向けた主体的な学びの充実、誰もが相互に人格と個性を尊重し支え合う共生社会の形成などが進められている。平成25年8月に文部科学省から出された「障害のある児童生徒の教材の充実について（報告）」では、「新たな教材の開発、既存の教材を含めた教材の情報収集に加え、教員がこれらの教材を活用して適切な指導を行うための体制整備の充実が求められている」と示され、今後の特別支援学校の指導において大事なポイントになると考える。

協力校においては、校内のグループ研修で自立活動「身体の動き」を継続的に取り上げ、児童生徒の課題に対する指導内容を検討するとともに、具体的な指導法として動作法を取り上げ、実技研修を行って充実を図ってきた。実践例は増えてきているが、教師はどのような学習をすればよいのかで迷い、必ずしも指導に結びつかない例もある。また、研修で検討される児童生徒の実態は多様である。限られた指導機会の中で効果的に指導を進めるためには、児童生徒の動きの特徴を把握し、適切な学習内容を効率的に選択する必要がある。さらに、児童生徒の身体の状態は日々変化するので、その時々への対応も重要である。それら全てを研修で取り上げることは難しく、学習したことが生活場面で生かせないといった課題が残るのが現状である。

先行研究・文献を見ると、近年、身体に関する動きに関連して、具体例が豊富な絵や写真などで分かりやすく示したものが大変増えている。児童生徒の姿勢や身体動作、不器用さや動きの困難さなどに対する関心・必要性の認識の高まりが分かる。大変参考になるが、授業にすぐに展開できるものは少なく、多くの情報から目の前の児童生徒に何をどのように活用すればよいのかという点で課題が残る。

そこで、本研究では、自立活動でどのような学習をしていけばよいのか、また学んだことをどのように生かし行えばよいのかという課題を解決するために、指導資料「これカラダ」を作成する。指導資料「これカラダ」は、児童生徒に身に付けさせたい基本的な動きと学校生活全般への支援に関して具体的な指導内容や留意点をまとめた資料『動き基本編』と『動き活用編』、資料を活用して授業を組み立てる「指導カード」、児童生徒自身が課題を捉えて学習に取り組むことができる「学習カード」、授業で学んだことを学校生活全般に生かすことができる「ポイントカード」で構成する。これらの活用により、自立活動の指導について不安を感じている教師も児童生徒の実態に応じた指導が可能になるとともに、児童生徒が学習活動に見通しを持って学習に取り組むことができるようになることを考え、実践を行っていく。

以上のことから、指導資料「これカラダ」を作成し活用した指導を行うことで、児童生徒は授業で基本的な身体動作を学習し「こうやるんだ」、様々な場面で学んだことを生かして行うことで「やれた」を実感し、障害による困難の改善・克服に意欲的に取り組んでいくことができると考え、本主題を設定した。

II 研究のねらい

知的障害特別支援学校自立活動「身体の動き」において、「こうやるんだ」「やれた」を実感しながら、障害による困難の改善・克服に意欲的に取り組む児童生徒の育成を目指し、実態に応じた指導が展開できる指導資料「これカラダ」を作成する。

Ⅲ 研究の概要

1 基本的な考え方

(1) 研究構想について

本研究では、身体の動きに関して、児童生徒の「うまくできない」といった困難な姿の背景にある、基本的な動きを取り上げ、自立活動の授業に位置付けるとともに、授業で学んだことを生かして行う場面を計画的に設定することを通して「こうやるんだ」「やれた」と実感しながら意欲的に取り組む児童生徒を目指す。その際、授業の充実と生かして行う場面での学習のつながりを大事に考え、研究の柱となる手立てとして、指導資料「これカラダ」を作成する。資料作成においては、視覚化を取り入れ、児童生徒と教師が目標や指導内容が分かり見通しが持てるようにする。資料を活用し、小さな「こうやるんだ」を積み重ねていくことが取組の中心となり本研究を推進していくと考える。

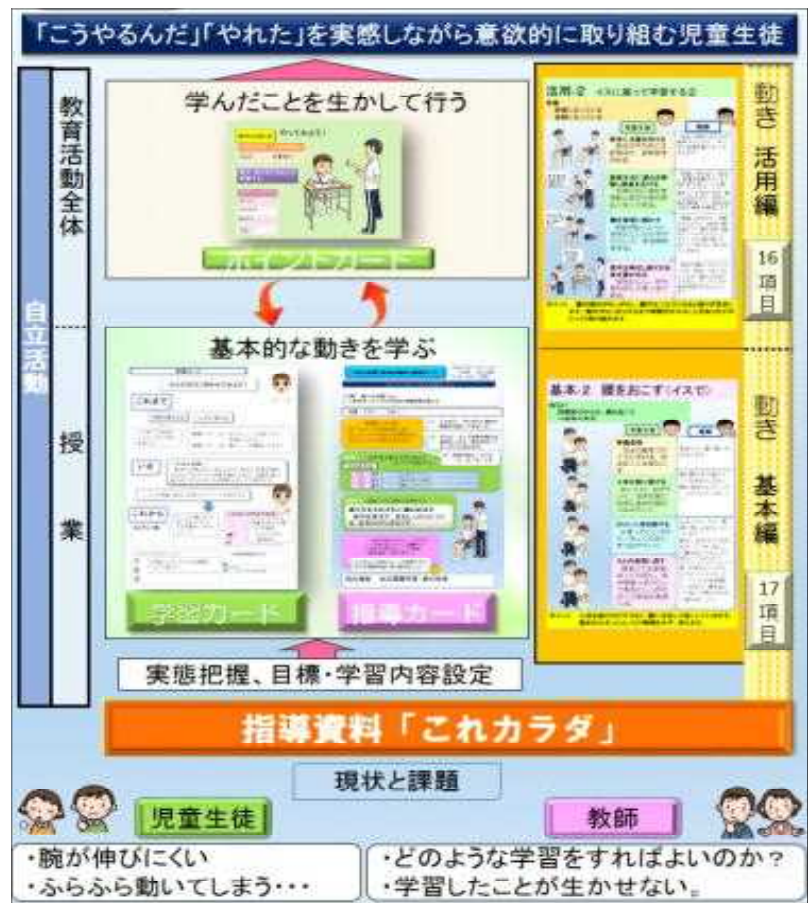


図1 研究構想図

(2) 自立活動について

自立活動の目標は、個々の児童又は生徒が自立を目指し、障害による学習上又は生活上の困難を主体的に改善・克服するための必要な知識、技能、態度及び習慣を養い、もって心身の調和的発達を培うことであり、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と、障害による学習上の困難を改善・克服するための必要な要素で構成し、それらの代表的な要素である26項目を6つの区分に分類・整理したものである。6つの区分は、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である。自立活動の指導計画の作成と内容の取り扱いには、具体的内容を設定する際に考慮することが示されている。本研究は、より効果的な指導を行うためにこれらの示された観点から具体的な指導内容を効果的に選択していく方法を探るものである。指導内容の各項目は単独での指導をするために挙げられたものでなく、必要とされる項目を選定し、それらを交互に関連付けて具体的な指導内容を設定することが示されている。「身体の動き」について課題がある児童生徒の指導を取り上げる本研究であるが、他の項目との関連を図るためにも学校生活全般とのつながりを大事にしていく。

(3) 「身体の動き」について

学習指導要領において「5 身体の動き」では、日常生活や作業に必要な基本動作を習得し、生活の中で適切な身体の動きができるようにする観点から次の5つの内容を示している。「(1) 姿勢と運動・動作の基本技能に関すること。(2) 姿勢保持と運動・動作の補助手段の活用に関すること。(3) 日常生活に必要な基本動作に関すること。(4) 身体の移動能力に関すること。(5) 作業に必要な動作と円滑な遂行に関すること」である。『特別支援学校学習指導要領解説 自立活動編』

には身体の動きについて「障害によって身体の動きに困難のある幼児児童生徒は、基本動作が未習得であったり、誤って身に付けてしまったりしているために、生活動作や作業動作を十分に行うことができない。そこで、個々の幼児児童生徒の運動・動作の状態に即した指導を行うことが大切である」と示されている。さらに、「基本的な動きの指導から始め、徐々に複雑な動きを指導することが考えられる。そして、次第に、目的の動きに近づけることにより、必要な運動・動作が児童生徒に確実に身に付くよう指導することが重要である」とされ、自立活動において基本的な動きを身に付けることの重要性が述べられている。

(4) 「こうやるんだ」「やれた」を実感しながら取り組む姿について

『特別支援学校学習指導要領解説 自立活動編』では、「学校の教育活動全体を通じて行う自立活動の指導については、自立活動の時間における指導と各教科等の指導と密接な関連を保つことが必要である」と示されている。例えば、動きの多い生徒で考えると、集中力がない、長時間の作業ができないという問題点に目が向いてしまいがちであるが、生徒の身体の動きを見ると、手足をいつも突っ張った状態で動いていることが分かる。そこで、自立活動の時間に手足の突っ張りを緩めて動かす練習をし自分の身体が楽に動く感じを体験する。さらに、足の力を抜いて、調整しながら座る学習を行うと、座ってられる時間が長くなり、作業学習でも時間いっぱい取り組むことができるようになったことがある。このように自立活動の授業では、基本的な身体の動きを「こうやるんだ」と実感しながら学ぶことが大事である。また、学校生活全般において自立活動で学んだことを生かして行う場面を設定し取り組むことで生徒は「やれた」と実感することができると思われる。そこで学習の意義（やってよかった）を感じ、より意欲（もっとやってみよう）を持って次なる学習に向かっていくという好循環を重ねることにより、身体の動きを中心とした学習が、自立活動の授業だけにとどまらず他の授業や生活、家庭、さらには将来の自立や社会参加に向けた基盤となる力を育てていくものとする。このような取組の重要性は、『特別支援学校学習指導要領解説 自立活動編』や『意欲を育む授業（長澤）』（図2）に示されている。

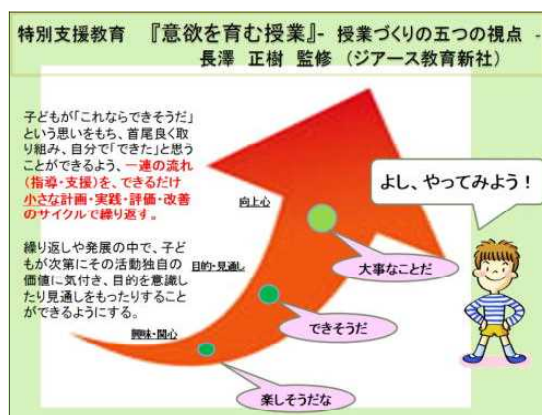


図2 『意欲を育む授業』

(5) 学校生活全般での活用について

身体が動きにくいといった困難がある児童生徒は、音楽、体育、作業学習などの授業や給食、着替えなど学校生活全般で持っている力を十分に発揮できないという状況がある。そこで、様々な活動の困難さだけでなく、その背景にある身体の動きに着目し、活動の充実を目標として、内容を構想することが必要である。ある一つの活動を目標に定めることで、児童生徒に必要となる基本的な動きを導き出すことが

ICF国際生活機能分類 『ICF-CY』	
活動と参加	
定義:	活動とは、課題や行為の個人による遂行のことである。
参加とは、	生活・人生への関わりのことである。
活動制限とは、	個人が活動を行うときに生じる難しさのことである。
参加制約とは、	個人が何らかの生活・人生場面に関わるときに経験する難しさのことである。

図3 ICF活動と参加の定義

でき、さらに、学んだことを生かして行う場面を学校生活の中から設定することで、学習したことを確認し「やれた」と実感できるようにする。指導資料「これカラダ」の作成過程では、ICFの活動と参加の定義（図3）を参考にして、児童生徒の学習状況を捉え、実際に行う活動へつなげるようにした。

2 指導資料「これカラダ」の概要

指導資料「これカラダ」は、児童生徒に身に付けさせたい基本的な動きと、学校生活全般への支援に関して具体的な指導内容や留意点をまとめた資料『動き基本編』と『動き活用編』、資料を活用し

て授業を組み立てる「指導カード」、児童生徒自身が課題を捉えて学習に取り組むことができる「学習カード」、授業で学んだことを学校生活全般に生かすことができる「ポイントカード」で構成されている。

(1) 『動き基本編』(図4)

児童生徒に身に付けさせたい基本的な動きに関して具体的な指導内容や留意点をまとめた資料である。自立活動の授業で取り上げる内容、腰・肩・腕など基本となる動きをそれぞれ一つのシートにまとめ17項目作成したものである。児童生徒に学ばせたい内容を選び、指導カード、学習カードに反映させていく。各シートは図4のように、ねらい、児童生徒の取組、教師の支援・指導方法さらに支援に当たってのポイントで構成している。17項目の内容は表1のようである。

基本-6 肩の上げ下げ(イス)

ねらい
肩に力を入れて、その力を抜く

児童生徒
準備姿勢
イスに座って腰と背中をまっすぐに起こす。

教師
後ろから、両肩に手を添え、腰と背中を起こします。必要に応じて足を当てて支えます。

肩を上げる
教師の手に合わせて肩を上げるところまで上げていく。

肩をさらに上げる
動きにくくなったところで止まり、教師の手に合わせて上げていく。

肩を下げる
上げた力を抜きながらゆっくりと下げる。さらに下げ、力を入れない。

ポイント
手のひら全体で肩を包むようにし、つまみ上げることがないようにします。力を抜いて肩を十分に下げる感覚が大切です。

図4 『動き基本編』シート例

表1 『動き基本編』項目

	学習内容
学習-1	左右の重心移動(イス)
学習-2	腰をおこす(イス)
学習-3	腰をおこす(あぐら坐、らく坐)
学習-4	腰の動き(イス)
学習-5	腰の動き(あぐら坐、らく坐)
学習-6	肩の上げ下げ(イス)
学習-7	肩の上げ下げ(あぐら坐、らく坐)
学習-8	両腕をあげる(イス)
学習-9	両腕をあげる(あぐら坐、らく坐)
学習-10	体幹をひねる(イス)
学習-11	体幹をひねる(あぐら坐、らく坐)
学習-12	胸をおとす
学習-13	腕を上げる
学習-14	口の動き
学習-15	背中を後ろに伸ばす(あぐら坐、らく坐)
学習-16	背中をたてに伸ばす(イス)
学習-17	背中をたてに伸ばす(あぐら坐、らく坐)

(2) 『動き活用編』(図5、6)

学校生活全般への支援に関して、具体的な指導内容や留意点をまとめた資料である。イスに座って学習するなど、活用する場面ごとに16項目作成した。それぞれの児童生徒に合わせて選び活用する。各場面において、児童生徒によくある困難な状態、児童生徒の取組、教師の支援・指導方法、ポイントが示されている。16項目の内容は表2のようである。

活用-2 イスに座って学習する②

状態
前傾になっている
後傾になっている

児童生徒
身体に注意を向ける
教師の声や手に注意を向け、姿勢を確かめる。

教師
身体の傾きやゆがみを観察するとともに、声や手で姿勢を整えることを伝えます。

前後左右に重心を移動し座面を広げる
前後左右に重心を移動しながらお尻を広く使って座る。

腰を前後に動かす
骨盤が動くように腰を起こしたり下げたりして、座る練習をする。

背中を伸ばし座り全体を確かめる
腰を起こし、背中を伸ばしてまっすぐに座る。

ポイント
腰の動きがはっきりし、腰が立つようになるまで座りが安定します。動きがはっきりするまで時間がかかることがあります。じっくり取り組みます。

図5 『動き活動編』シート例

活用-5 立って活動する①
(足の位置の確認)

状態
フラフラする、同じ場所にとじついてられない

児童生徒
身体に注意を向ける
教師の声や手に注意を向け、姿勢を確かめる。

教師
身体の傾きやゆがみを観察するとともに、声や手で姿勢を整えることを伝えます。立つ前に足の裏が揃うよう確認しておく。さらに立った感じがかみやすくなります。

立つ位置を確定する
立つ位置を決め、足の置き方を整える。

前後左右に重心を移動する
前後左右に重心を移動し、足の裏全体を付けて立つ。

背中を伸ばし立ち全体を整える
足の裏の土台の上しっかりと立つことを感じる。

ポイント
地面と接する、足の裏面をまずはしっかりと確かめます。腰や肩などに必要以上に緊張があると感じがつまみにくくなるので、強い緊張がある時には、腰であれば腰というように部分的に緊張を緩める練習を取り入れます。

図6 『動き活動編』シート例

表2 『動き基本編』項目

活用	場面	状態	支援のポイント
活用-1	イスに座って学習する①	足がふらふらしている	足の位置を確認して踏みしめて座る
活用-2	イスに座って学習する②	姿勢がゆがんでいる、すぐに立つなど②	腰を起し背中を伸ばして座る
活用-3	手を使って活動する①(手首・ひじ)	手の動きがぎこちない	ひじ、手首の動きをなめらかに準備する。
活用-4	手を使って活動する②(手のひら)	手のひらが広がらない、指がしっかり動かない	手のひらを広げる、指の間をほぐす
活用-5	立って活動する①(足の位置を確認)	ふらふらする。疲れやすいなど①	足の位置を確認して踏みしめて立つ
活用-6	立って活動する②(足首・膝・股関節)	ふらふらする、疲れやすいなど②	膝、足首、股関節にゆとりをもって調整しながら立つ
活用-7	立って活動する③(重心移動)	ふらふらする、疲れやすいなど③	左右の重心移動を行いながら立つ
活用-8	移動(歩く)① 腰を入れて	腰が引ける	腰を入れて歩く
活用-9	移動(歩く)② 速度に気を付けて	早くなったり遅くなったりする	同じペースで歩く
活用-10	移動(階段)	腰が引る、交互に踏み出せない	腰を入れる、出しにくい足の動きを導く
活用-11	一緒に動かす	動き出せない、曲がったり、伸びたりする	程よい支えて、一緒に動かす
活用-12	動きの転換	座り込み じっとして動かない(立ちあがる)	動き出す準備状態をつくる 動くきっかけを作る
活用-13	跳ぶ、走る(つま先立ちで準備)	高く跳べない、蹴り上げが弱い	つま先立ちをして準備する
活用-14	まっすぐになる	ぼやっとしている	身体に注意を向ける 背中を伸ばす
活用-15	呼吸・発声(お腹を意識して)	呼吸が浅い、声が小さい・不明瞭	お腹の動きに注意をむけて、腹式呼吸を意識させる
活用-16	排泄	頻尿、しっかりでない	腰を入れて立って排尿する
応用運動	すわり歩き		

(3) 指導カード : 教師用 (図7)

『動き基本編』と『動き活用編』の資料を活用して授業を組み立てるためのカードである。学習の内容、手順、準備などをまとめることができる。児童生徒の実態を把握し、学校の様々な場面を考えて目標を設定する。実態は身に付けていない動き、様々な場面で活動する時に必要な動きの両面から把握し、学習する内容を『動き基本編』より選択する。さらに学んだことを生かす場面での支援を『動き活用編』から選択する。それぞれを選択していくことで1単位の指導が計画できるようになっている。

①	基本-1	左右の重心移動(イス)
②	基本-2	腰をおこす(イス)
③	基本-4	腰の動き(イス)

①	活用-1	姿勢がゆがんでいる、すぐに立つなど①	イスに座って学習する	足の位置を確認して踏みしめて座る
---	------	--------------------	------------	------------------

図7 指導カード例

(4) 学習カード : 児童生徒用 (図8)

児童生徒自身が課題を捉えて学習に取り組むことができるためのカードである。前時の授業、自分自身の身体の動きについて今の状態が分かり、例えば「この学習をすると太鼓をたたく音がよくなる」という生徒の生活に即した目標を設定し、本時の学習内容がつかめるようにする。また、その際児童生徒がイメージしやすいように写真やイラストを取り入れることができる。児童生徒は授業の初めに学習内容を知ること、見通しを持って取り組むことができ、授業の途中でも必要に応じて見ることもできる。さらに授業の取組の記録として、学習内容や変容の経過を残したりすることができる。今後は、引継ぎの資料や参考事例として活用していくことができる。と考える。

図8 学習カード

(5) ポイントカード (図9)

授業で学んだことを学校生活全般に生かすためのカードである。例えば「太鼓をたたく場面では腰を入れて、手をあげる」という自立活動で学んだポイントを示すようにする。主にポケットサイズにして携帯できるようにして使用する。教師が授業の終わりに児童生徒に提示したり本人に渡したりし、次の活動へつなげるようにする。『動き活用編』からイラストなどを取り入れ作成することができる。

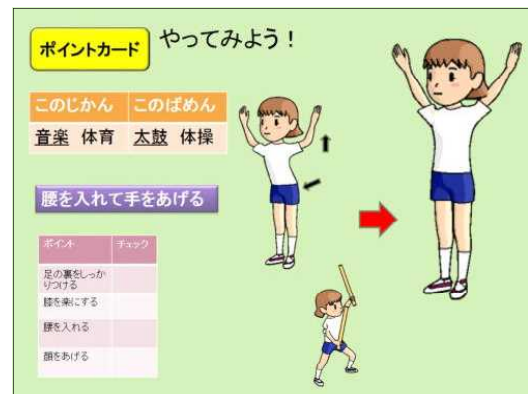



図9 ポイントカード例

(6) 資料の有効的活用について

① 視覚的工夫

指導資料「これカラダ」を有効に活用できるよう視覚化を取り入れた。主なものを図10に示す。

イラスト：『動き基本編』『動き活用編』の資料においては、イラストを充実させた。各イラストはパソコンソフトを利用し、 つずつ作成しデータとしているので、タブレットなどでイラストの部分拡大し児童生徒に見せることができる。また様々なカードの作成においても利用できるようなっている。

写真（自分の姿）：学習カードに自分の写真を取り入れることができる。自分の姿を見ることで身体の動きのイメージをふくらますことができる。写真とともにデジタルカメラとモニターを利用し、リアルタイムで映し出したり、自分の姿を鏡で確かめたりするなども可能である。


模型：模型を用いて動きの大体を知る時に活用する。既成の人形模型の他、足の模型を作成し活用していった。どんな動きをするのか、どのような体勢になるのかを知ることにもできる。自分の動きと模型の動きを比べてみることなどにも使うことができる。

図10 視覚的工夫例

② 繰り返す取組

基本的な動きを学ぶ授業と学んだことを生かして行う場面での取組を繰り返していくことは効果的である。授業で「こうやるんだ」と実感し、学んで行うことで「やれた」と実感することを繰り返しその経験を重ねていく。取組の様子から、さらに必要な学習、より深めていく学習を考え次の取組に進むようにする。その時わずかでも「やれた」と実感できるよう、達成可能な目標や見通しを持って取り組んでいくことが大事である。

3 先行研究とのつながり

(1) 動作法について

成瀬（1985）は、人間が意図（意思）に基づき、その意図を実現化するために努力を行い、その結果が身体運動となって実現する一連の過程を「動作」と概念化している。人が主体的に意図し、その実現のために努力すること、その際に生じる体験（内容・様式）が人の心理に大きな影響を与えていることを重視している。動作法の理論や実践を紹介した文献や研究は後出のように数多くある。学校での取組として大阪府立佐野支援学校（砂川校）での「基本動作指導」、「自立活動のための動作法入門」（兵庫リハビリテーション研究会）、「わかりやすい動作法マニュアルー腕あげー」（埼玉県心理リハビリテーション研究会）などがある。いずれも動作法の活用、動作課題の具体的な進め方を絵などを入れて分かりやすくまとめている。本研究では、これらの先行する文献や取組をさらに授業で具体的に活用することを重視して取り入れ、指導資料「これカラダ」を作成した。

(2) 身体の動きについての取組について

関連する取組としては、横浜市立中村特別支援学校（運動指導部）のNMBP（中村うんどうプログラム）静的弛緩誘導法を取り入れたプログラムや「体のびのび！心のびのび！ストレッチ指導気になる子どもの身体の見方」など多数ある。（他後記参考文献）

4 協力校での調査

(1) 個別の指導計画の目標の内容項目について（26年度1学期、全校児童生徒調査）

協力校では個別の指導計画で自立活動の目標を「学校の教育活動全体を通じて行う自立活動の指導」と「自立活動の時間における指導」に分けて設定している。さらに、目標が内容の6区分26項目のどの項目と関連しているかを示すため、関係の深い項目を略号で明記している。1つの目標に対して複数の項目が明記されているが、内容6区分に着目し数を調べた（図11）。心理的な安定、人間関係の形成、コミュニケーションの内容が全体的に多い。環境の把握、身体の動きに関しては全体と比べ「時間における指導」で取り上げられており、一人一人の実態に応じた指導を行っていることが分かる。身体の動きの目標では、同じ姿勢で長時間活動すること、緊張の弛緩、手指の巧緻性、雑巾がけなど生活にかかわる動作、箸や筆記具など道具の使用などに関連するものが多かった。

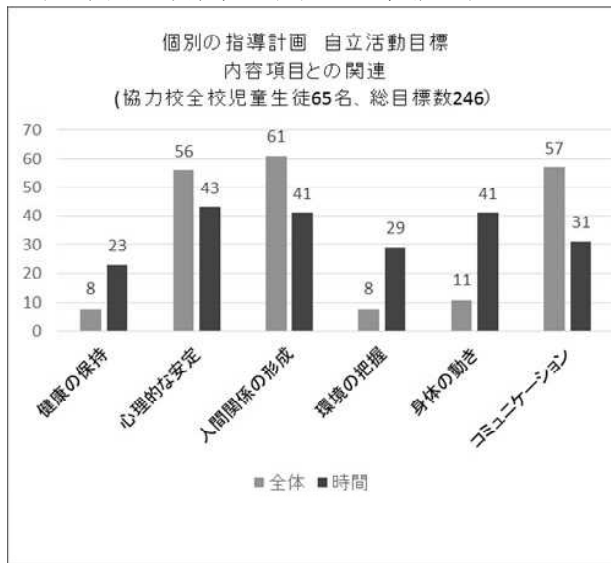


図11 自立活動の目標

(2) 研修グループの参加者

協力校では、「一人一人の実態に応じた指導の在り方を求めて」をテーマとしグループに分かれて研修を進めている。年度ごとに、研究分野の希望調査を行いグループを編成する。ここ数年「身体の動き」をテーマとしたグループがあり、年度ごとに事例検討を中心に研修を実施している。図12のグラフのように、全60名程の教師がいる中で、毎年10名以上の教師が希望しており、身体の動きの指導へのニーズがあることを示している。

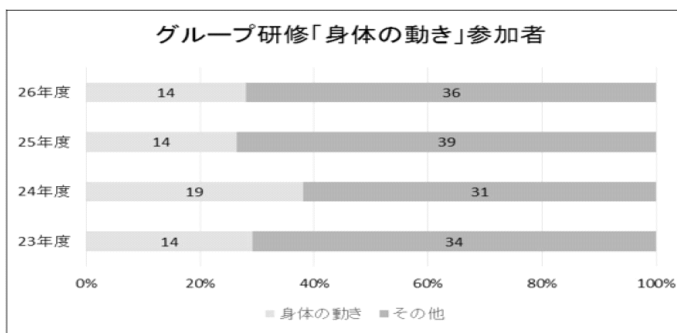


図12 グループ研修参加者

研修グループにおける課題（参加者の声） 「研修のまとめ」より抜粋

- ・児童生徒の変容が実感できたが、個別で指導できる時間が少ない。
- ・落ち着いて座る時間が長くなった、継続的な指導が必要と考える。
- ・具体的な指導技法を身に付けていく必要がある。

図13 研修参加者の声

(3) 自立活動の授業形態

協力校においては、自立活動部のような組織を置かず、基本的に学級担任が自立活動の指導にあたるため、図14のように指導形態が考えられる。本研究で取り上げる身体の動きの指導は個別学習が基本となるので、形態やチームティーチングを工夫して時間を設定していく必要がある。図13の研修参加者の声にあるような課題があるのはそのためである。限られた時間内で有効に効果的に進めることが必要となり、実践していく上では、学級の指導形態（時間、場所、チームティーチングの形式）から短時間でも取り組めること、教室で行えることを考慮した。

<table border="1"> <tr> <td>T1</td> <td>T2</td> </tr> <tr> <td>A</td> <td>B C</td> </tr> <tr> <td>身体の動き</td> <td>主となる学習</td> </tr> </table>	T1	T2	A	B C	身体の動き	主となる学習	<p>①1名に身体の動きを中心とした学習をする。</p> <p><small>T1が個別指導で身体の動きを展開する。この場合、T2が2人に対して指導することが必要です</small></p>		
T1	T2								
A	B C								
身体の動き	主となる学習								
<table border="1"> <tr> <td>T1</td> <td>T2</td> </tr> <tr> <td>A</td> <td>B C</td> </tr> <tr> <td>身体の動き</td> <td>主となる学習</td> </tr> <tr> <td></td> <td>身体の動き</td> </tr> </table>	T1	T2	A	B C	身体の動き	主となる学習		身体の動き	<p>②クラス数名に、授業の一部に取り上げる。</p> <p><small>実例的な例で、身体の動きの内容を一部分で取り上げる。教師と児童生徒の組み合わせで、色々なパターンができる。</small></p>
T1	T2								
A	B C								
身体の動き	主となる学習								
	身体の動き								
<table border="1"> <tr> <td>T1</td> <td>T2</td> </tr> <tr> <td>A</td> <td>B C</td> </tr> <tr> <td>身体の動き</td> <td>主となる学習</td> </tr> </table>	T1	T2	A	B C	身体の動き	主となる学習	<p>③クラス3名全員で身体の動きを主とする学習で取り上げる。</p> <p><small>3名に共通な課題が見られたり、継続的な指導が必要な時に用いる形態。学習の構えを整えるために姿勢を確認する。手を使う学習の準備として、手の動きを練習するなど授業のはじまりに帯で取り入れる例が多いです。</small></p>		
T1	T2								
A	B C								
身体の動き	主となる学習								
<table border="1"> <tr> <td>T1</td> <td>T2</td> </tr> <tr> <td>A</td> <td>B C</td> </tr> <tr> <td>身体の動き</td> <td></td> </tr> </table>	T1	T2	A	B C	身体の動き		<p>④クラス3名全員で身体の動きを主とする学習で取り上げる。</p> <p><small>あまり多くない例ですが、一言に行うこともあります。発見的な運動やゲームの要素を含む運動を取り入れるなどの工夫が必要です。一言の場合でも、個別の課題、支援の視点を持って取り組むとより効果的です。</small></p>		
T1	T2								
A	B C								
身体の動き									

図14 様々な指導形態

IV 実践の計画と方法

1 実践の概要

(1) 全体実践

対 象	研究協力校
実践期間	・平成26年6月～平成26年12月
実践形態	<ul style="list-style-type: none"> ・対象児童生徒22名、グループ研修（身体の動き）参加教師の担当する児童生徒に実践する。 ・手立てである指導資料「これカラダ」は試行を重ね、実践しながらを作成・活用を進める。 ・自立活動の時間における指導及び教育活動全体を通じて行う指導で、児童生徒の実態、学級の教育課程に合わせて実施していく。 ・学校の教育活動全体を通じて行う自立活動の指導を踏まえ、学校生活全般での活動状況の把握に努め、充実を図る。 ・長期研修員は、月に1回程度授業に加わり実態把握を行う。担当教師と協議して指導内容を検討する。実施状況や児童生徒の変容を確かめながら、適宜指導助言する。

(2) 授業実践

実施期間	・11月17日～20日 抽出児童生徒を対象とする。		
実践形態	<ul style="list-style-type: none"> ・6学級で実践。 ・実践は基本的に担任教師が行う。長期研修員は、授業づくりに参加し活用する資料を提案する。必要に応じて指導について助言する。 		
授業実践 抽出の観点	<ul style="list-style-type: none"> ・児童生徒の課題が協力校に共通して多くあるものを選び、参考にできるようにする。 ・多様な実態に対応できる資料とするために児童生徒の発達段階、学級の指導形態、教師の経験の差などを考慮し幅広く抽出する。 		
実践概要	項目	対象児童生徒	題材名
	授業実践1	1名	「腕を伸ばして太鼓をたたこう」
	授業実践2	2名	「姿勢をよくして大きな声を出そう」
	授業実践3	1名	「腰を入れて歩こう」
	授業実践4	1名	「興奮しそうな時に胸に手を当ててみよう」
	授業実践5	1名	「足の裏全体で踏みしめて歩こう」
	授業実践6	3名	「まっすぐ座って机上学習をしよう」

2 検証計画

検証の観点	検証方法
児童生徒の取組について <ul style="list-style-type: none"> ・「学習カード」『動き基本編』を活用した学習で、児童生徒は「こうやるんだ」と実感できたか。 ・『動き活用編』を取り入れた「ポイントカード」を活用した場面で、児童生徒は学習したことを生かして行い「やれた」が実感できたか。 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業分析 ・児童生徒の発言 ・行動観察 ・聞き取り
教師の指導について <ul style="list-style-type: none"> ・教師が、指導資料「これカラダ」を活用して、学んだことを生かして行うことを意識して、児童生徒それぞれの実態にあったカードを作成し、効果的な学習を展開することができたか。 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業分析 ・聞き取り

3 実践

(2) 授業実践 題材名「腕を伸ばして太鼓をたたこう」

① 授業実践 1

6 『動き活用編』の活用

「一緒に動かす」のシートを使って、実際に太鼓をたたく前に練習できるようにした。教師が肘を支えながら一緒に動かすことから始め徐々に自分で動かすというように進めていくことで、腕を伸ばして太鼓をたたくことができた。生徒は「やれた」と実感できた。

5 ポイントカードの活用

授業の最後に「太鼓の時、腕が伸びるようにね、音もよくなるよ」と言って生かす場面を示した。音楽の時間には、カードを指して「これだからね」と意識できるようにした。生徒はイラストを見てポイントを確認していた。

4 『動き基本編』の活用

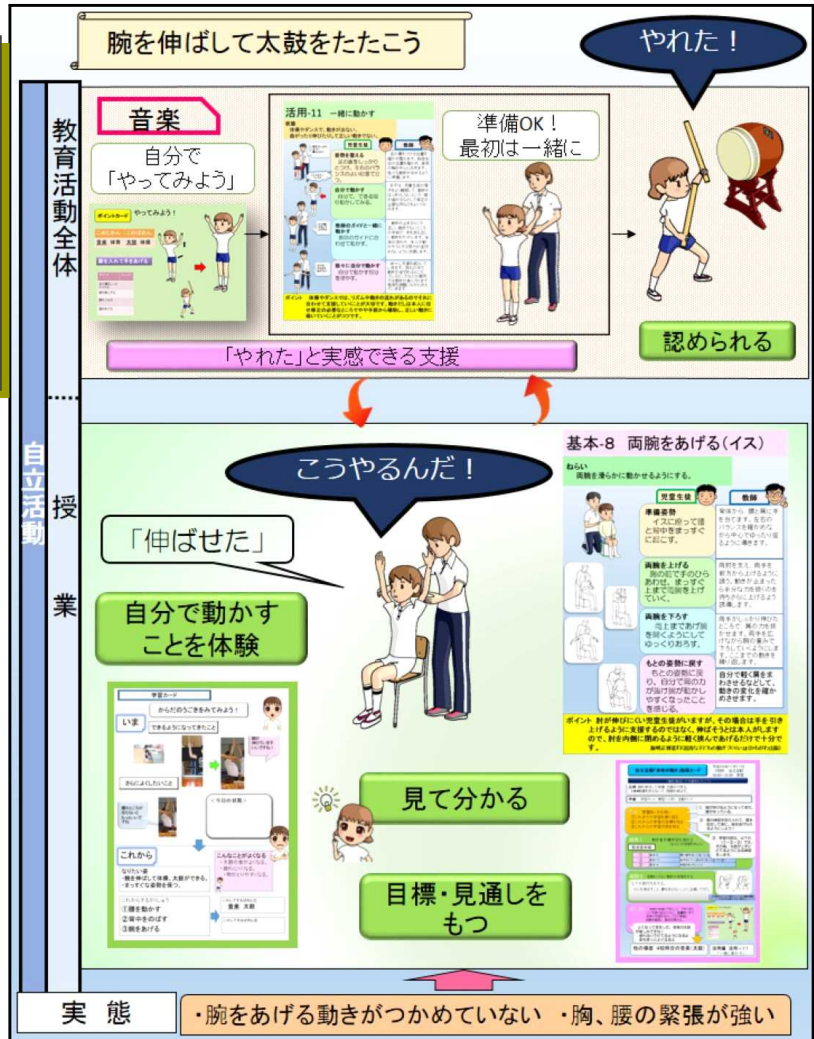
「両腕をあげる」を取り上げ学習した。両腕をあげていくと、わずかに伸びきらないところがある。腰にも少し力が入る。ここで、担任はシートを見ながら支援を行う。腰を少し戻し、ひじを少し支えて待っていると、本人が伸ばしていった。生徒は「あっ伸ばせた」（こうやるんだ）を体験することができた。担任から「資料が参考になった」との感想が得られた。

3 学習カードの活用

生徒は担任と一緒に学習カードで学習内容を確かめることにより「腕を伸ばすためにやるんだな、この順番でやるんだな」というポイント（こうやるんだ）をつかむことができた。本時の見通しを持って学習に臨むことができた。

1 実態把握、目標・学習内容設定

「身体の動き」の実態把握を担当など複数の目でチェック・検討をし、目標・学習内容を設定した。ごこちない動きや姿勢がくずれやすいなどの困難の背景に、胸や腰の緊張が強い、腕をあげる動きがつかめていない実態を捉えた。音楽の授業で行う和太鼓の練習の時期と重なったので、「腕を伸ばして太鼓をたたこう」を目標にした。



(視覚的工夫)

イラスト：イラストで、最初にとる姿勢、動かす部位を伝えていった。

写真：自分の姿を見ることでイメージをふくらませた。

模型：腕の動き、特に肩より上の動きを確かめることに使った。

2 指導カードの活用

担任はカードに指導内容をまとめることで、授業から活用までの見通しを持つことができた。動き基本編より「腰の動き」「背中を伸ばす」「両腕をあげる」のシートを選び、動き活用編より「一緒に動かす」のシートを選び指導を展開した。

〔授業実践1〕について

自立活動の学習で生徒は教師の支援を受け「こうやるんだ」という実感を積み重ねて腕の動きをつかむことができた。音楽での和太鼓をたたく場面では、腕を伸ばしきれいな音でたたくことができ「やれた」と実感できた。また教師に「伸びてたよ」「またよくなったね」と認められることで、生徒から「次はいつ」「またやりたい」という発言が聞かれ、次の取組への意欲が高まっている姿が見られた。生徒は自信を持つことができたようで、学習発表会で和太鼓の演奏を見事に披露することができた。その後も授業での学びが自分のためになるという実感を持ってたことで、自立活動の学習を楽しみにしている姿が見られた。また、様々な場面で「先生、背中伸びてるでしょう」と、自分の姿勢を意識した発言や行動も見られるようになった。

(2) その他の授業実践

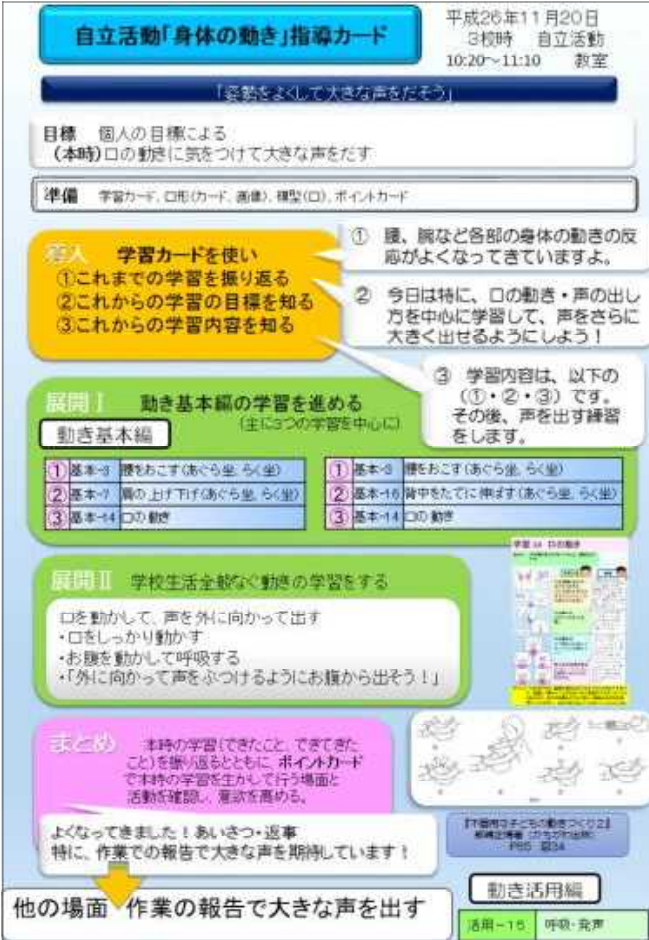
① 〔授業実践2〕 題材名「姿勢をよくして大きな声を出そう」(図15)

2名の生徒を対象に実施した。2名に共通した課題として、緊張が強く姿勢が歪む、声が小さいなどがあった。本時は特に声を出す練習を中心に行った。指導機会はまだ少ないが、生徒、担任とも手応えを感じており意欲的であった。口形の学習では、提示する絵をいくつか用意したところ「この絵が分かりやすい」と生徒から意見を得ることができ、その絵を使用した。授業で学んだことは作業学習につなげ、入室時に大きな声であいさつすることを目標にした。作業の担当は担任ではなかったが、声の大きさを評価することを確認し「だんだん声が大きくなってきました」と報告があった。また、他の教師から「あいさつの声が大きくなった」という報告もあった。実践の中で、自分の写真を載せた学習カードを見た2名が戸惑う様子が見られたことがあった。実施後の担任との打合せで、「よくない姿勢を目の当たりにするのはつらかったのではないか」「歪みなどに気付かせる時には、部分的な写真などを使ってはどうか」という意見をいただいた。また、学習カードの表現が「柔軟で活動的な動きができる」など生徒に分かりにくかったことが課題となり、「動きやすくなる」と改善した。

学習カードの活用において、写真の使用方法や目標の表現について参考になった。

② 〔授業実践3〕 題材名「腰を入れて歩こう」

歩行が安定しない生徒についての実践を行った。担任とこれまでに基本動作として腰の動きの学習や、歩行支援の工夫を検討してきた。本時は、歩くという実際の運動を主にして、立ち方、腰の使い方などの基本動作を随時取り入れる構成とした。担任は、体力的に無理のない支援の仕方では生徒が段階的に自立歩行につなげる工夫を行っていた。取り組んでいく過程で、担任自身が指導カードを基にどのように支援していくかを考え、工夫していくことができた。また授業での工夫を普段の登下校や教室間の移動にそのまま反映することができた。



自立活動「身体の動き」指導カード

平成26年11月20日
3校時 自立活動
10:20~11:10 教室

「姿勢をよくして大きな声を出そう」

目標 個人の目標による
(本時)口の動きに気をつけて大きな声を出す

準備 学習カード、口形カード、画像、模型(口)、ポイントカード

導入 学習カードを使い
①これまでの学習を振り返る
②これからの学習の目標を知る
③これからの学習内容を知る

① 腰、腕など各部の身体の動きの反応がよくなってきていますよ。
② 今日には特に、口の動き・声の出し方を中心に学習して、声をさらに大きく出せるようにしましょう！
③ 学習内容は、以下の(①・②・③)です。その後、声を出す練習をします。

展開I 動き基本編の学習を進める
(主に3つの学習を中心に)

① 基本-① 腰をおこす(あぐら坐、らく坐)	① 基本-③ 腰をおこす(あぐら坐、らく坐)
② 基本-② 背の上げ下ろし(あぐら坐、らく坐)	② 基本-④ 背中をたてに伸ばす(あぐら坐、らく坐)
③ 基本-④ 口の動き	③ 基本-④ 口の動き

展開II 学校生活全般での動きの学習をする

口を動かして、声を外に向かって出す
・口をしっかり動かす
・お腹を動かして呼吸する
・「外に向かって声をぶつけるようにお腹から出そう！」

まとめ 本時の学習(できたこと、できたこと)を振り返るとともに、ポイントカードで本時の学習を生かして行う場面と活動を確認し、意欲を高める。

よくなりました！あいさつ・返事
特に、作業での報告で大きな声を期待しています！

他の場面 作業の報告で大きな声を出す

動き活用編
活用-16 呼吸・発声

図15 授業実践2「指導カード」

③ **授業実践4** 題材名「興奮しそうな時に胸に手を当ててみよう」(図16)

時々激しい興奮が見られる児童に、身体に注意を向けることで気持ちを落ち着かせるという内容の実践を行った。生徒自身に興奮時の対応について聞いたところ「静かなところで休む」など知識としては理解していることが分かった。そこで、興奮に気づき自分でコントロールする具体的な方法として、胸に手を当て自分の身体に注意を向けることを提案した。主に『動き基本編』の「胸をおとす」を活用した。授業の終わりに胸に手を当て落ち着く動作を示したポイントカードを提示した。授業で担任と一緒に胸の力を抜くという体験が共有できたことは、お互いにとって有意義だったようで、授業の数日後、興奮が見られた時、やや落ち着いた段階でカードのことを思い出しカードを見て、胸に手を当てていたとの報告があった。

① **授業実践5**

題材名「足の裏全体で踏みしめて歩こう」

身体の様々な部位に力が入りやすく、安定できる姿勢が少ない生徒の実践を行った。力が入った部位の力を抜くこと、安定した姿勢を確かめることを学習していった。『動き基本編』では「腰を起こす」「背中を後ろに伸ばす」を使い、『動き活用編』では「立って活動する(足首・膝・股関節)」を使った。継続的に指導していることから、授業の開始で教師が学習内容を伝えると生徒は取組が分かり、場所に移動して学習する構えになった。本時は、足の裏全体で踏みしめることを中心に行ったところ、学習後生徒は、立ち方が安定し、自分でも味わうようにゆっくりと歩いていた。片足でしっかり立って靴に足を入れることができたり、歩行がしっかりしたりするという成果が見られた。継続した取組ではズボンを履く際、片足にしっかり重心をのせることが身に付いてきたという報告もあった。

⑤ **授業実践6** 題材名「まっすぐ座って机上学習しよう」(図17)

3名の生徒について、学習の準備姿勢として、『動き基本編』の「腰を起こす」「腰の動き」「左右の重心移動」を選択し座りを安定させる実践を行った。動きの学習の後、字が濃く書けたなどの成果が見られた。また教師は資料を手がかりとして、その場の生徒の状況に合わせた対応をすることができた。例えば、イスに座った生徒が腰を上げ下げしている時、動きが止まり、その姿勢を維持し続けようとしていることがあった。教師が、「くずしたくないんだね」と言うと生徒は大きくうなずいた。「そうだよね、今の姿勢すごいいですね」「この姿勢しっかり覚えておこう」と言い、腰へ添えた手で下へわずかに力を加え座っている感じがはっきりするように支援しさらに「これでよし、また戻れるからね、ゆっくり腰を下げていこう」と言うと、生徒は腰を動かし落ちついて座ることができた。教師自身の見取りが生きた確かな支援が見られた実践だった。

自立活動「身体」指導カード 平成26年11月18日 1校時 自立活動 10:20~11:05 教室

「興奮しそうな時に胸に手を当ててみよう」

目標 興奮しそうな時に、自分の身体に注意を向けて落ち着くことができる。
(本時)興奮した時を振り返り、どのような対処方法があるかを考え、1つの方法として身体に注意を向けることを練習する。

準備 学習カード、活動カード、模型人形 (フローチャートプリント)

導入 学習カードを使い
①これまでの学習を振り返る
②これからの学習の目標を知る
③これからの学習内容を知る

① 身体の動きの練習はよく取り組んでいます。細かい作業がしやすくなるようにこれからも少しずつ学習しましょう！

② 今日は特に、最近はとも少なくなってきたけれど、興奮しそうな時どうすればよいか考えて、興奮しそうな時に落ち着く方法を練習します。調子のよい時に準備しておくことが大切です。

展開Ⅰ フローチャートを使って、
興奮しそうな時はどんな時？
興奮に気づいた時どうするか？
を考える。

展開Ⅱ 動き基本編の学習を進める
(主に3つの学習を中心に)

① 基本-5	上体立てる(あぐら坐、く坐)
② 基本-6	肩の上げ下げ(イス)
③ 基本-12	胸の力を抜く

まとめ 本時の学習(できたこと、できてきたこと)を振り返るとともに、ポイントカードで本時の学習を生かして行う場面と活動を確認し、意欲を高める。
興奮しないことがよいが、興奮しそうなになったら使ってみよう！

他の場面 普段の生活の中で (興奮しそうな時)

動き活用編 活用-10 呼吸

図16 授業実践4 学習カード

自立活動「身体」指導カード 平成26年11月19日 1校時 自立活動 9:15~9:55 教室

「まっすぐ座って机上学習しよう」

目標 まっすぐすり学習の準備姿勢を整える。

準備 学習カード、ポイントカード

導入 学習カードを使い
①これまでの学習を振り返る
②これからの学習の目標を知る
③これからの学習内容を知る

① これまで、それぞれに身体の課題を学習してきました。

② 今日、3人で姿勢を整える練習をします。腰を安定してまっすぐに座ります。

③ 学習内容は、以下の①・②・③です。

展開Ⅰ 動き基本編の学習を進める
(主に3つの学習を中心に)

① 基本-1	左右の重心移動(イス)
② 基本-2	腰をおこす(イス)
③ 基本-4	腰の動き(イス)

展開Ⅱ 学校生活全般につながる動感の学習をする
座り方をそれぞれに確かめます
背中を伸ばす。足をしっかりと付ける。左右のスレをなくす。

まとめ 本時の学習(できたこと、できてきたこと)を振り返るとともに、ポイントカードで本時の学習を生かして行う場面と活動を確認し、意欲を高める。
3人もよくできました。この姿勢でそれぞれの課題学習に取り組みましょう！

他の場面 次の課題学習(字を書く)

動き活用編 活用-1 イスに座って学習する

図17 授業実践6「指導カード」

V 研究の結果と考察

1 児童生徒の取組について

- (1) 「学習カード」『動き基本編』を活用した学習で、児童生徒は「こうやるんだ」と実感できたか。

授業実践1の基本的な動きの学習では、腕をあげる動きを中心に行った。腕を伸ばさずにあげている写真を見せ、「腕はどうなっている？」と生徒に確かめたところ自分では「分からない」という反応があった。これは生徒の素直な表現であり、実際に腕の感じがつかめず、本人の中では（伸ばして動かしている）という感覚だったと思われる。人形模型を使い、伸びている状態と曲がっている状態の両方を見せたが分からないようだった。『動き基本編』の「両腕をあげる」による動きの学習で、教師が肩の方へ少し力を加えると腕が伸び一本につながった状態で動かすことができた。その後、生徒は置いてあった人形を手にとって腕を曲げ伸ばしてみても確かめていた。生徒にとっては、その時腕が伸びるということと自分で動かす実感がつながり「ああ、こうやるんだ」が実感できた瞬間であったと考える。学習カードで、生徒の実態に応じた学習内容を『動き基本編』のシートから選び学習カードにまとめ実践することで、腕をあげるという基本的な動きが焦点化され、毎回決まった形で学習することができたので、自分の身体が動く感じをつかみやすくなったと考える。

授業実践2では、授業後の生徒の感想に「声の出し方が分かった」とあるように、これまで声を出すことに自信がなく「大きな声で」と言われてもどうすればよいのか分からなかったことがうかがえる。今回の取組で口の形の絵を見て生徒自身が気づき、また担任と一緒に口をどのように動かせばよいのかということ学んだことで、「こうやるんだ」と実感できたと考える。

視覚化の工夫を取り入れたことについては、特に初めて学習する児童生徒には有効であった。初めて行う動きを写真やイラスト、模型などで提示することでイメージできた児童生徒が多かった。学習が進んでくると動かす実感の中で「こうやるんだ」とつかんでいくことができ、視覚的支援は少なくしていくことができた。しかし、授業実践2の結果から、学習カードで自分の写真などを見せる時は、本人の気持ちを考慮し、改善点ばかりが際立たないように、配慮していかなければならないということが分かった。学習カードに設けた、「学習するとこんなことがよくなる」という欄で、取り組んでいくことのよさを強調して伝えていくことが大事であると考えた。

今回、学習内容の選択については、十分に検証ができなかった。一人一人により効果的な内容選択の仕方、シート項目の組み合わせなどを検討していく必要がある。これは、児童生徒の実態把握とも密接に関係してくることである。今回の実践では、児童生徒の実態をしっかりと身に付けていない動きと、様々な場面で活用する時に必要な動きの両面から把握したが、何が身に付いていないのかを見取るには、教師の経験値により差が明らかになった。複数の目で実態を確認し、検討したが一人一人の見方に違いも見られた。今後、児童生徒の実態から学習内容を導いていけるような客観性のある実態把握の資料などを作成していく必要がある。

- (2) 『動き活用編』を取り入れた「ポイントカード」を活用した場面で、児童生徒は学習したことを生かして行い「やれた」が実感できたか。

各実践から、「太鼓で腕を伸ばしてたたくことができた」「学習後片足でしっかり立って靴に足を入れることができた」「歩行がしっかりしてきた、大きな声を出すことができた」「背中を伸ばし姿勢がよくなった」との報告があった。児童生徒の感想には、姿勢がよくなってきた実感や声が大きく出せるようになってきたことを実感したことが分かる記述があった(図18)。これらの児童生徒の変容が見られたのは、学習したことを授業の最後にポイントカードで提示したことで、「先生が見てくれる」とはりきって行うことができたのであろう。また、学んだことを生かして行う場면을授業のすぐ後に設定したことで身体の動きをつかみやすくなったからと考える。さらに児童生徒が実感できるよう、『動き活用編』を活用して、準備を整えたり、実際に支援したりすることも「やれた」を実感するのに有効であったと考える。

『動き活用編』は実践の中で、必要となる場面での支援を優先して作成していったので、今後

シートを増やしていくことが必要である。また実感をより鮮明にするために、教師が「やれた」と実感できたことを十分に認めることが大切で、複数の教師で児童生徒の取組に注目し、評価していくとより効果的だろう。また、「こうやるんだ」「やれた」という繰り返す取組を継続した結果、設定した場面以外でも、自分で姿勢を修正したり、緊張を和らげたりする身体への意識や調整力が向上したという報告があった。目標をつかんで授業に臨み、学んだことを生かして行うことで、「やれた」「身体が楽になった」などを実感し、児童生徒なりに具体的に「こうやるんだ」がさらにはっきりとして、自分でも身体を動かしたり、姿勢をよくしようとするにつながったと考える。

授業実践1の生徒より

せなかはまだまるまっちゃうけど
どいたまによいせいかわかなくて

授業実践2の生徒より

どうきほのおかげでこしがぐにたいて、声のせいが
わかった。声がたぐと大きな声が出るようになった。い
うなことをやったおかげで体が楽になった。

こしをうごかして声が出てきて
こしはすしせりが良くなってきかじかじも
朝体育のしものころれいなかのせいのせいが良くなってき

図18 生徒の感想（日誌より）

2 教師の指導について

(1) 教師が、指導資料「これカラダ」を活用して、学んだことを生かして行うことを意識して、児童生徒それぞれの実態にあったカードを作成し、効果的な学習を展開することができたか。

教師からは、図19にあるように生徒の変容について多くの意見を得ることができた。活用の仕方については、「順番が分かりやすくなった」「見て進めることができた」という意見も得ることができた。特に「動きの学習の進め方が分かりやすくなったので、生徒の動きに注意が向けられるようになった」という貴重な意見が出された。これは、指導資料「これカラダ」を活用することで、実際の指導の進め方や支援の仕方がより具体的になり、目標を見失うことなく安心して指導を進めることができたからと考える。また、繰り返す取組で、児童生徒の身体の動きに自然と目が向くような見方ができるようになったの

- ・階段を交互に足を出して降りることが増えた。
- ・学習後、生徒の声が大きくなっている。
- ・子どもがカードを見て、「落ち着く」を思い出していることがあった。
- ・動き基本編を見て進めることができた。
- ・動きの学習の進め方が分かりやすくなったので、生徒の動きに注意が向けられるようになった。
- ・学習の順番が分りやすくなった。
- ・基本的な動きの学習を通して、児童生徒が動かそうと努力していることが分かった。

図19 教師の声（聞き取りより）

ではないかと考えられる。さらに、その状況とともに、学んだことを生かす場面を設定したので、児童生徒の変容をしっかりと評価することができたのではないかと考える。

継続して指導資料「これカラダ」を活用している教師の中で、教師自身が工夫した取組や資料の一部を活用している姿が見られた。例えば、階段で交互に足が出せない生徒に対して、担任が足首腰の動き、立った姿勢で踏みしめる学習を構成し、階段を降りる場面で生徒の動きにあわせた段階的な支援を行うことで、交互に足を出して降りることが増えたという成果が報告された。教師は指導資料「これカラダ」を活用することで学習の進め方が分かり、児童生徒の動きに集中し、変化に対応した指導が可能になったと考える。また、『動き基本編』は、自立活動の多様な指導形態に対応できるように短時間で取り組めること、教室で行えることに留意して作成したので、工夫して活用しやすい内容になり、教師の取組を支える資料として有効であったと考える。

VI 研究のまとめ

1 成果

- 児童生徒は、指導資料「これカラダ」を活用することで、取組が明確になり、「こうやるんだ」「やれた」を実感することが多くなり、「またやりたい」という次の取組への意欲の高まりが見

られた。

- 指導資料「これカラダ」を活用した取組を通して、腕の動き、足の運び、姿勢、発声がよくなったなどの動きの改善のほか、自分で姿勢を修正したり、緊張を和らげたりしようとする身体への意識や調整力の向上などの児童生徒の変容があった。
- 教師は、指導資料「これカラダ」を活用することで、身体の動き指導において、支援の仕方、活用の仕方がより具体的になり、目標を見失うことなく指導を進めることができた。児童生徒の変容を様々な場面で実感することができたので、取組がより充実した。

2 課題

- 身体の動きの学習で指導資料「これカラダ」を活用した実践を継続し、児童生徒の多様な実態に対応できるよう『動き基本編』『動き活用編』の資料を追加する。それぞれのカードやシートをより活用しやすいように改善していく必要がある。
- 実践をさらに分析し、効果的な内容選択、シート項目の組み合わせなどを検討していく必要がある。また、児童生徒の実態から学習内容を導くための実態把握の資料などを作成する。

Ⅶ 指導資料「これカラダ」はこれから

1 指導資料「これカラダ」の活用について

指導資料「これカラダ」が児童生徒の様々な困難の背景に身体の動きが関連しているという視点を与え、多くの取組のきっかけとなるとともに、児童生徒のこれからの成長を継続的に支える資料となっていくことを願っている。

2 指導資料「これカラダ」を活用した研修の充実

学習においては、教師が児童生徒の動き、努力していることをつかみ適切に支援していくことが大切である。指導資料「これカラダ」を活用した実践を出発点として、児童生徒の身体の動きに応じた指導を追求しながら研修が進んでいくことを期待している。

<参考文献>

- ・文部科学省 『特別支援学校学習指導要領解説 自立活動編』海文堂種出版（2009）
- ・厚生労働省統計協会『国際生活機能分類 ICF-CY』（2010）
- ・長澤 正樹監修『特別支援教育 意欲を育む授業』ジアース教育新社（2013）
- ・成瀬 悟策著『動作療法の展開 ところとからだの調和と活かし方』誠信書房（2014）
- ・成瀬 悟作著『姿勢の不思議 しなやかな体と心が健康を作る』講談社（1998）
- ・飯嶋 正博著『不器用な子どもの動きづくり』かもがわ出版（2005）
- ・長田実、宮崎昭、渡邊涼、田丸秋穂著『障害児のための絵でわかる動作法』（福村出版）（1999）
- ・大野 清、村田 茂監修『動作法ハンドブック 応用編』慶応義塾大学出版会（2003）
- ・笹田 哲著『体の動き指導アラカルト』中央法規（2012）
- ・田中 新正著『ダウン症の動作法 指導マニュアル』Web資料
- ・太田 篤志「不器用な子どもたちの身体の土台作り」『特別支援教育の実践情報』（2014）
- ・松原 豊「ボディーワークでよい姿勢と心身の健康を目指す」『月刊実践障害児教育』（2014）

<担当指導主事>

水谷 佳子 城田 謙司