

どの子どもできる、体育学習を目指して —感覚統合に基づいた情緒通級指導学級における体育実践—

河合 香織

(小平市立学園東小学校教諭)

Every child can do, aim for physical education learning: Physical Education Practice in Teaching Emotional Classes Based on Sensory Integration

KAWAI Kaori

I はじめに

クラスの中で、字がきれいに書けない、身体の動きがぎこちない、不器用、じっとしてられない、注意集中が難しい、指示が入りにくい、ルールを守れない、感情のコントロールが難しいといった課題をもつ児童はいないだろうか。現在、担任している筆者のクラスにも、このような課題が感じられる児童が何人かいる。2002年に文部科学省が行った「通常の学級に在籍する特別な教育的支援を必要とする児童生徒に関する全国実態調査」*¹では、知的発達に遅れはないものの、学習面や行動面で著しい困難をもっていると担任教師が回答した児童生徒の割合が6.3%であると発表されていることから、どのクラスにも1人はこのような児童がいてもおかしくないという時代になってきた。上記のような行動をとる児童は、周囲から「ちゃんとやりなさい」「できるまで練習しなさい」などと注意を受けることが多い。しかし、何度注意を受けても問題行動は解決せず、児童も自己肯定感が低下し、問題行動が深刻化してしまうことがある。このような学習面や行動面で困難さをもつ児童に対して個別、または小集団で指導を行い、在籍の通常学級の担任と連携して支援を行うのが情緒通級指導学級である。

筆者は、新規採用から4年間情緒通級指導学級（以下、情緒通級と記す）の担任として指導を行ってきた。学生時代から特別支援教育には興味があった筆者だが、情緒通級の存在すら知らず、どんな指導を行えばよいかも分からなかった着任当初は、児童の問題行動や指導の難しさに日々頭を悩ませていたのをよく覚えている。幸い、筆者の学級には専門的な知識に長けた先輩教諭が多く、実際に対応をする様子を見たり、どのような指導を行えばよいか助言を受けたりしながら、情緒通級での指導力を高めることができた。情緒通級での指導を進めるにあたり、先輩たちがよく口にしていたのが運動の重要性である。筆者が担任していた通級指導学級でも、4時間のうち1時間は必ず小集団での体育の時間を設けていた。体育と言っても、通常学級の体育のように運動量の多い活動を行うわけではない。その違いが明確に分かってきたのが着任3年目、体育指導を中心となって指導することになった時からである。情緒通級の指導にも慣れ、児童への指導もスムーズにできるようになってきた頃だったが、体育の小集団指導は他の指導と違い、学習体制を整えることがまず難しかった。プレイルームを走り回ったり、大声を出したり、部屋を飛び出した

りして授業に参加できない児童の姿を目の当たりにし、どうしたらどの児童も楽しく体育の授業に参加できるのか考えるようになった。そんな筆者に対し、先輩たちは感覚統合という考え方を教えてくれた。

感覚統合とは1970年代にジェーン・エアーズという作業療法士が提唱したもので、様々な感覚器から得た情報を整理し、使いやすくする脳の働きのことをいう。感覚統合は聴覚・視覚・触覚・前庭覚・固有受容覚などの感覚情報を土台とし、ピラミッド状に発達すると

言われている(図1)。私たちは成長の過程で無意識にこの感覚統合を行い、様々な生活動作を獲得していく。しかし、上記の課題をもつ児童は、一つ一つの発達のプロセスの中で十分に獲得できない部分や抜け落ちている部分があるため、ちょっとした負荷にも耐えることが難しいという状況になっているのだ。この発達のアンバランスさが、学習能力、注意力、行動上の問題を発生させている。このような機能異常が児童の困り感を引き起こしているため、周囲からの理解が得られなかったり、本人もどうしてできないのか分からず、自己肯定感が下がったりしてしまうのである。

このような感覚統合のつまずきを抱える児童に対して感覚統合訓練を行うことが有効であるといわれている。筆者の情緒通級でも体育の指導は感覚統合の考えをもとにプログラムが組まれていた。しかし、指導する筆者自身が感覚統合の理論について理解が浅く、指導のねらいや視点が明確になっていなかったのである。感覚統合の理論を知り、その後感覚統合に関する様々な研修に参加し、体育指導の実践を行ううちに、指導もスムーズに行うことができ、児童が生き生きと取り組めるようになってきた。この経験は、通常学級の担任となった現在でも児童の支援を行う上で役に立っていると感じる。しかし、感覚統合について学校現場ではまだ特別支援学級の担任などごく一部にしか周知されていないのが現在の学校現場の現状である。そこで本論文では、これまでの情緒通級における体育の指導内容や感覚統合に関する研修内容をもとに筆者が行った体育実践について振り返り、具体的な指導内容や有効な手立てについて述べたい。

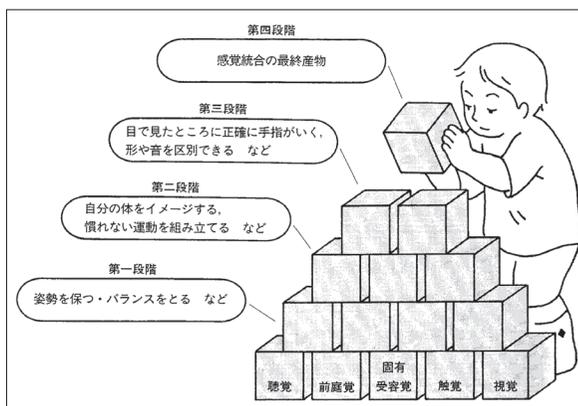


図1 感覚統合の発達イメージ^{*ii}

II 実践を進めるにあたって

実践を進めるにあたって、まずは情緒通級に通う児童の実態に目を向け、感覚統合の問題について整理してみることにした。

筆者の担任していた情緒通級の児童は運動に対する好みは二極化していた。一方は運動が大好きで、休み時間はサッカーやバスケットボール、ドッジボールなどをして遊ぶタイプ。もう一方は運動が苦手で、通常学級の体育の授業も参加するのを嫌がるタイプ。双方のタイプの違いを経験やもともと児童が持っている能力差と捉えてしまうことが多いが、児童が実際に運動を行っている場面を観察すると、それぞれの課題や共通する課題が見えてきた。

まず、運動が大好きだという児童の共通点として挙げられるのが、走ったり、勢いよくボールを投げたりすることが得意だが、逆に身体を静止させたり、ゆっくりした動きを行ったりすることが難しいということだ。例えば、片足立ちでどれくらい立っているかタイムを計ると、苦手な児童の場合10秒ともたない。また、ストレッチを行うと身体の力を抜いて筋を伸ばすことが難しく、たいていは身体の痛みを訴えてやめてしまうことがほとんどであった。そして、そのような児童が得意とするボール運動の様子をよく見ると、手首や足首のスナップを利かせることができず、力や勢いで上手にできているように見えるという実態が明らかになってきた。このような児童はクラスの中で活躍できていればよいが、周りに比べてできていないことが分かると活動に参加しなかったり、わざと騒いで授業の進行を滞らせたりするような行動をとることがあった。

次に、運動が苦手だという児童の共通点として挙げられたのが、姿勢の崩れである。着席時にすぐに机に伏せてしまったり、まっすぐ立っているつもりでも頭が傾いていたり、身体をくねくねと動かしまっすぐに立ってられなかったりする児童がとて多かった。また、運動会の表現種目の練習で動きを覚えることが難しく、一生懸命やっても手足が曲がっていたり、左右が分からなくなってしまう児童もいた。運動が苦手だという児童の中には、人と接触したりすることに抵抗があったり、ルールを正しく理解できず混乱してしまったりする児童もあり、友達から責められたり、大勢の前で失敗したという経験から運動嫌いになっている児童もいた。

このような児童のつまずきの原因を感覚統合の理論から3つの基盤となる感覚に焦点を当てると以下のような問題点があげられるのではないかと考えた。

1 固有受容覚の問題

固有受容覚とは筋肉の張り具合や関節の曲がり具合を調節し、身体を動かすときのアクセルやブレーキの役割をする感覚のことをいう。通常学級の児童に運動の指導をする場面では必ず運動のコツについて指導を行う。大半の児童は教師の試技や説明を聞き、ポイントに応じた練習を繰り返し少しずつ上達していくが、固有受容覚に問題がある児童は、教師の指示は理解できても、その通りに身体を動かすことが難しい。例えば、整列の時に「手を指先までまっすぐ伸ばして」という指示を出したとする。簡単な指示で教師側はこんなことだれでもできているが手首が下がっていたり、肘が曲がっていたりする。指先までまっすぐという言葉に対して理解はしているものの、正しい関節や筋肉の曲がり具合、力の入れ具合を経験していないことでこのようなことが起こってくる。

2 平衡感覚の問題

平衡感覚とは、自分の重力や加速度を感知して身体の傾き具合や位置関係を把握する感覚で、この感覚が上手く働いていないと、頭を下げることに強い恐怖感を感じたり、すぐにバランスを崩して転んだりしてしまう。また、急な動きに即座に反応し適切な身のこなしを実現するにはとても大切な感覚で、この感覚が弱いと脳への刺激を上手く受容することが難しく、運動が苦痛で怖いという意識を植え付けてしまう危険性がある。

3 触覚の問題

触覚には識別系と原始系という2つの働きがある。識別系は、触ったものが何か判断す

る働きで、発達過程で様々な触感を経験することで記憶されていく。一方、原始系は危険を察知して身を守ろうとする防衛反応を起こす働きも持っている。この二つの働きがバランスよく働くことで普通に生活を送ることができるが、原始系が過度に働いてしまうと、身体に触れただけで痛みを訴えたり、衣服を身に着けることに不快感を抱いたりするなどの感覚過敏につながることもある。

III 実践の目的と手立て

上記の児童の実態から、児童が運動を行いながら様々な感覚刺激を体感し、適切な身体の動かし方を身に付け、在籍学級でも学習活動に参加できるようになることを目標とした。そのために、①段階的に運動発達を促す学習指導計画の作成 ②訓練的ではなく、児童が楽しんで取り組める学習内容や場の工夫 の2点に重点を絞り実践を進めた。そして、最終段階として ③感覚統合の視点をもとにした在籍校で取り組む運動の実践を行った。①については筆者が勤務していた情緒通級の既存の体育指導計画の配列の見直しを行い、筆者が新たに考えた学習内容を付け加えた。また、通常学級でも扱う学習内容については、運動の分析を行い、単元ごとに段階を踏んだ授業展開を意識して実践を行った。②については、①で新たに付け加えた感覚統合遊具を用いた実践や学習環境の設定を工夫した実践を行った。そして、③については、①と②の内容を踏まえ、それぞれの運動について分析を行い学習内容の提示の仕方や言葉かけに留意しながら実践を行った。実践の成果については、実践の前後の児童の様子を観察してそれぞれの評価することにした。

IV 実践内容

この章では、上記に掲げた実践の手立てごとに具体的な実践内容をまとめていく。

1 段階的に運動発達を促す学習指導計画の作成

児童にとってより効果的な指導を行う上で、まずは運動発達の段階を整理し、指導内容を検討していくことにした。児童の実態から、最終目標である通常学級で行う運動の獲得に必要な要素を分析すると、次の4つの段階を経ることが必要であると考えた。

- ①様々な感覚情報を適切に取り込むことができる。
- ②感覚情報をもとに身体の各部位の動きを意識しながら適切な動きができる。
- ③自分と対象物との距離感を把握し、力加減を調整することができる。
- ④身体の動きを順序良く組み立て、スムーズな身のこなしができる。

表1 体育年間指導計画

	1学期	2学期	3学期
様々な感覚刺激を体験する運動	<ul style="list-style-type: none"> ・箱に入ろう ・まねっこ ・スパイダーマン(ゴム紐くぐり) ・ゆらゆら棒(棒くぐり) 	<ul style="list-style-type: none"> ・平均台 	
感覚統合遊具を用いた運動	<ul style="list-style-type: none"> ・ゆらゆら①② ・バランスボール 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゆらゆら③(サーキット) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゆらゆら④
在籍校で取り組む運動	<ul style="list-style-type: none"> ・組体操① 	<ul style="list-style-type: none"> ・組体操② ・縄跳び ・ボール運動 	<ul style="list-style-type: none"> ・マット運動 ・跳び箱 ・鉄棒
他者と協力して行うゲーム	<ul style="list-style-type: none"> ・ゴールゲットゲーム 	<ul style="list-style-type: none"> ・宝島へ行こう 	<ul style="list-style-type: none"> ・ボールゲットゲーム

この発達段階にのっとり、既存の年間指導計画の配列の見直しを行った。表1は筆者が加筆、修正を行った後の年間指導計画をさらに運動の分類ごとにまとめたものである。

1学期は主に様々な感覚を使いながら身体を動かす運動、2学期は主に感覚統合器具を使いながら意識して身体を動かす運動、3学期は主に在籍校でも取り組む運動といったように計画を行った。在籍校で取り組む運動について、当初は在籍校の実施時期に合わせて計画するつもりであったが、発達段階の観点を重視し、例年通り年度末に実施することとした。また、跳び箱の指導では、台上前転の指導を取り入れたいと考えていたため、マット運動が先になるように配列を変更した。このように発達の段階に則した指導計画を行い、年度当初は様々な感覚を使いながら身体を動かすことに慣れていくことを重点とし、特にボディイメージを高める運動や上肢の筋力を高める運動は様々な活動を通して継続的に行うこととした。

(1)ボディイメージを高める動きづくり

児童が苦手としていた動きとして、手首をしっかりと返す、肘を曲げ伸ばしするという二つの動きがある。固有受容覚が上手く機能していない児童にとってこの二つの動きを言葉の指示を聞いただけで実行するのはとても難しい。さらに、このような児童は動きがぎこちなく、全身をバランスよく使うことが難しいので、柔軟性にも課題をもつ児童もしばしば見られる。そこで、毎回の授業の中で指導したことが二つある。

一つ目は、神奈川県立保健福祉大学の笹田哲氏が考案した「両手でサンドイッチ法」^{*)}である。最初に例にあげたように、「指先までまっすぐに手を上げる」という状態が分からない児童にさらに言葉の指示を増やすと混乱してしまう。だからと言って手首を持ち上げて一緒にやってあげても、児童は正しい動きを身につけることはできない。この指導で重視したことは、使っている全ての機能を整えてあげるというイメージで児童の身体に触れながら動きを促していくことである。両手でサンドイッチ法では、教師が整えてあげたい身体の部位を両手のひらで挟み、身体の中心から外側に向かって伸ばす。これだけの支援だが、ただ手首を持って支えたときよりも各部位全体の筋肉や関節、皮膚に感覚刺激を与える方が正しい動きを習得しやすくなった。実際に1年生の担任の先生が運動会の練習でこの方法を試したところ、とても効果があり、なおかつ児童も先生との触れ合いをとて喜んでいただとの報告を受けた。

二つ目は負荷を減らすということだ。児童の様子を見ると、苦手な運動ほど早く動いてできたように振る舞う、またはできたと思いついでいることが多くありなかなか上達しないという課題があった。そこで、様々な道具を使いながらポイントとなる動きをしっかりと練習できるようにした。例えばバランスボールの單元では、バランスボールに仰向けに乗ってブリッジをした状態で手首をしっかりと返して地面に着く感覚を経験させた。また、ボール運動では、ウォーミングアップで出前持ちを取り入れ、ボールが落ちないように脇を締め、手首を返すことを意識させた。このように用具を使うことで、上肢の支持力が弱い児童や関節の柔軟性が低い児童も確実にポイントとなる動きを体験することができ、徐々に動きの感覚を身につけなめらかな動きを身に付けることができるようになった。

(2)上肢の筋力を高める運動

筋持久力が弱く、腕、肩、背筋、手指など上肢に力が入りづらい児童は練習を継続する

のが難しいという実態があった。原因としては、幼少期にハイハイ運動の経験が乏しかったことや、体幹が弱く、腕や頭をしっかりと支える機能が弱いということが考えられる。このような児童には、発達の流れを踏まえた動き作りを行いながら、上肢の筋力を高めていく運動を取り入れた。その中でも特に重視したのが、アザラシ歩き、四つ這い、高這いの姿勢である。どの姿勢も幼少期に発達の過程で経験する動きだが、腕をしっかりと伸ばして背筋をそらせながら身体の重みを両腕で支えるという動きは、上肢の筋力の強化と身体のバランス感覚を養う上で必要な運動だった。

また、丸太ブランコにしがみついて落ちないように腕の力で身体を支えるなど、遊具を使って重力に反する動きを経験させながら身体の筋力をバランスよく使ったり、身体を縮めたりする経験を促すようにした。また、このような運動を繰り返すことで、児童の前庭覚不安も解消され、頭を下げたり揺れたりする感覚にも徐々に抵抗感が少なくなってきた。

2 児童が楽しんで取り組める学習内容の工夫

感覚統合をもとにした情緒通級での運動は、時として訓練的になってしまいがちな面がある。児童が自ら活動を行いたいと思えるような魅力的な運動は、運動発達においても有効であると言われていることから、指導を行う上での工夫について考えた。そして、これまで筆者の情緒通級であまり取り組まれていなかった感覚統合遊具を用いたり、サーキットトレーニングを取り入れたりすることにした。

(1)感覚統合遊具を活用した実践例

実践では、ゆらゆらという単元を学期ごとに1回設けた。主に使用した遊具はフレキサー、ボルスター、スクーターボードである。それぞれの実践内容について以下にまとめていく。

①スインガー

通級のプレイルームには、スインガー（吊り下げ式のブランコのような遊具）が設置されている。スインガーの種類には様々なものがあり、一人乗りから2～3人で乗れるものもある。身体が揺れることで前庭覚への刺激を与えるとともに、しっかりとつかまることで固有受容覚の発達を促すことが目的である。

5月に一人乗り用のフレキサーを使った活動を行った。実施初年度はフレキサーに乗りながら近くにある箱にお手玉を入れるという活動を行ったが、とにかくお手玉を勢いよく投げたりする児童が多かったため、フレキサーに乗りながら三角コーンにコーナーコーンをかぶせる活動に変更した。三角コーンを使うことで、児童が一番近いコーンはどれかよく見て、三角コーンに近づくタイミングに合わせて手を伸ばし、ねらいを定めてコーナーコーンをかぶせることができていた。なかには、勢いよくコーンをかぶせて三角コーンを倒してしまう児童もいたが、力をコントロールして、倒れないようにそっと上からかぶせるよう促すと、繰り返し行ううちによりねらいを定めて活動する姿が見られた。また、コーナーコーンの渡し方も最初は教員が児童の正面に立って渡し、次は背後から渡して振り向いた状態を取り、最後は椅子の上に乗っているいくつかの中から自分の取りやすいものをとるなど、様々な渡し方で身体の動きに変化をつけ、自然に身体のバランスをとることも取り寄せた。スインガーはもとより、児童が大好きでよく乗っているが、ただ乗って

楽しむだけではなく、ゲーム的な要素を取り入れることで、よりダイナミックな活動になった。

②スクーターボード

スクーターボードは多様な使い方ができるが、筆者の学級では体幹の力の弱さや身体感覚の乏しさが目立つ児童が多かったため、身体を中心軸を意識しながら上肢や背筋をしっかり動かす運動を取り入れた。また、スクーターボードで直線的な加速度を感じさせることで身体の伸展姿勢を促す効果があることから、スクーターボードを動かしてもらいながら身体を動かす活動にも取り組んだ。

最初に行った活動では、スクーターボードに腹ばいになって乗り、教師に引っ張ってもらいながら輪投げの輪を拾ったり、等賞旗の土台に輪をかけたりする活動を行った。1回目は両手を左右に伸ばし、左右同時に拾ったりかけたりする活動を行い、2回目は左右に置かれた等賞旗の土台の位置をずらし、右手で拾ってかけてから左手でとってかける活動を行った。どちらも最後は両手を広げ、顔は正面を向いた「飛行機」の姿勢で3秒間静止するようにしたが、何人か維持するのが難しい児童もいた。

次に行った活動では「レスキュー」と称し、ロープを使った活動を行った。スクーターボードに腹ばいに乗ってロープをたぐりよせて進んだり、仰向けになってロープをたどって進んだり、手でこいで進んだりを繰り返した。ロープをたぐりよせる活動は、身体を中心軸が安定していないと真っ直ぐに進むことができない。また、左右の手を交互に使うということも実施初年度は難しいと感じていた児童も多くいた。しかし、毎時間ウォーミングアップとして中心軸を意識させた活動を行うようになったこともあり、次年度はあまり苦戦せずに取り組むことができていた。コースの長さも3種類用意し、個々の運動能力や待ち時間も考慮しながら取り組むコースやペアを決定し取り組ませた。この活動は、児童が飽きることなく繰り返し何度も取り組み、最後には息を切らしていたが、どの子も満足した表情であった。

(2)学習環境の工夫

これまで筆者の学級では、友達が活動する様子を見ることも、学習態勢を確立する上で必要なスキルとして、あえて順番を待つということを行っていた。しかし、筆者の着任前は4人の小集団で活動していたため、同じプログラムを5人で行うことは児童の活動時間を確保する上では難しいと考え、待つ時間を短くできるような工夫を学級で考えるようになった。また、休み時間にはプレイルームにある遊具を使って新しい遊び方を考え、楽しそうに遊んでいる姿を目にし、様々な遊具を使って思う存分身体を動かすことが児

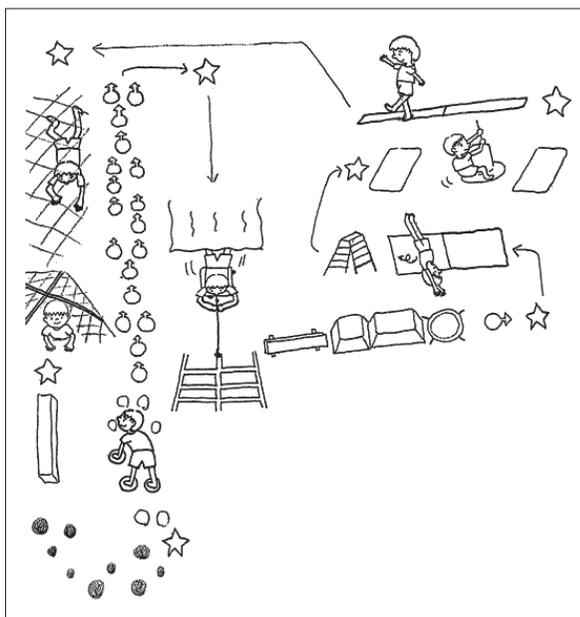


図2 サーキットトレーニングの場の設定

童の主体的な学習活動につながるのではないかと考えた。その方法の一つとしてサーキット運動を取り入れた。運動の内容はそれまでに授業で行った感覚統合を促す運動を中心に、肋木、平均台、トランポリン、フレキサー、クモの巣、スクーターボード、石渡り、ケンパーなどで構成した（図2）。楽しい活動だからこそ気持ちが高揚しやすく、取り組みが適当になってしまったり、怪我に繋がったりすることが多い児童なので、必ず一つ一つの活動の前後に「始めます」「終わります」のあいさつを行うようにした。それぞれのペースで担当者と進めることができるため、児童の実態に合わせて担当者が活動の難易度を変え、どの児童もそれぞれの段階に応じた学習を行うことができていた。

3 在籍校で取り組む運動の具体的指導実践例

これまでに挙げた実践を基盤とし、3学期は在籍校で取り組む運動を中心に指導を行った。これまでに比べ、高度な運動内容であることから、児童それぞれの運動能力によって取り組みに差が出るのが予想されたため、それぞれの運動について動きを細分化し、児童の運動発達の段階を見取りながらそれぞれに応じた支援を行うことにした。以下がその例である。

○マット運動

手のひらをしっかりとつく→肘を曲げて手首を返す→肘を伸ばす→体重移動をして回転する

○跳び箱運動

両足で踏み切る→とび箱の前方にしっかりと手をつく→腰を高く上げる→脚を開く→腕で体重を支えながら体重移動をする→脚を閉じて着地する。

○鉄棒運動

肘を曲げて身体を鉄棒に引き寄せる→頭を下に下げる→脚を蹴り上げる→肘を伸ばして体重を支える

このように動きのポイントを細分化することで、それぞれの児童の段階を事前に把握し、支援のポイントを明確にして授業に臨むことができた。また、発達段階から小集団指導だけでは獲得が難しいと思われる児童や初めての取り組みに不安を感じる児童のために、休み時間に事前に体育で使う遊具などをプレイルームに置いて自由に使えるように配慮した。そして、この動きのポイントに沿って段階的にそれぞれの運動の指導を行った。

(1)マット運動

マット運動では、最初に体重移動をして起き上がる感覚を身に付けるために、だるま転がりを行った。おへそを見て頭を中に入れることをポイントとして指導し、前後に転がることができるようになってきたら、だるま起こしと言って勢いをつけて身体を起こし、両足で着地するという動きを練習させるようにした。体重移動の感覚が身についた後から、前転の技のポイントとして、立ち姿勢→手のセット→おへそを見る→だるま起こし→気を付けの順で動きを示した。立ち姿勢では、両手のひらを天井に向けて上体をしっかり起こす「天井体操」を行い、手のセットの合図でそのままの状態でも指と人差し指で三角の窓を作って手のひらをマットにつけるということを指導した。このように動きを合言葉にして

あげると、児童も唱えながらポイントとなる動きを意識することができた。後転の指導では出前持ちの手の位置と腕の力で身体を支えることを意識させるため、仰向けになって寝転がった状態で手首を返して壁に手をつき、壁を押して身体を位置を移動させるという練習を事前に行った。また、技のポイントの指導では、出前持ち→おへそを見る→だるま転がり→高這い→気を付けという順で動きを示した。以前は手をしっかりと着けず、マットからはみ出してしまった児童が多くいたが、高這いの動きをポイントとして入れたことで、手足をついてしっかりと身体を起こす意識が高まり、ほとんどの児童が後転まで成功することができた。

(2) 跳び箱

跳び箱運動での一番の課題は、両手を跳び箱にしっかりつけず助走の勢いだけで飛び越えようとするため、けがにつながりやすいということだった。そこで、手と腕の力を上手に使えることが跳び箱の達人であることを児童に意識づけ、まずは手をしっかりとつけ、体重を支えることから指導を行った。手をしっかりとつける指導としては、バンザイタッチで肘をまっすぐにしておもしろい跳び箱をたたくという動きを練習した(図3-a)。肘が曲がらなくなったら、バンザイタッチ→台ジャンプという流れ(図3-b)にし、たたきつけた手に体重を乗せてジャンプし、腰を頭の高さまで高く上げる練習をした。このとき、腰の位置が分かるよう、教師がかざした手に腰がぶつかるぐらいまで高くジャンプするよう指導した。次の、座り腕支えでは、跳び箱にまたがり、手のひらを跳び箱について腕の力で体重を支えながら腰を浮かせ、跳び箱のはじからはじまで移動する練習をした。この時にもバンザイタッチを意識させ、最後は勢いよく飛び、マットの上に置いたケンステップの中に着地するよう指導を行った。最後のフープインでは、踏切板の上にフラフープを置き、輪の中に両足をそろえて飛び込むという練習を行った。このような動きを練習した後で、フープイン→ドン(踏切)→パン(手をつく)→トン(着地)→1・2・3(気を付け)という流れ(図3-c)を示し、練習していくと、リズムに合わせて動きを身に付けていくことができた。また、台上前転の指導では、跳び箱一段分の高さまで積み重ねたマットを横長にして置き、そのうえで前転の練習を行った。たった30センチほどの高さしかないが、前庭覚の弱い児童にとっては地面(自分が立っている場所)との高低差があることで恐怖感をもつこともあった。そのような場合には、スタート地点は

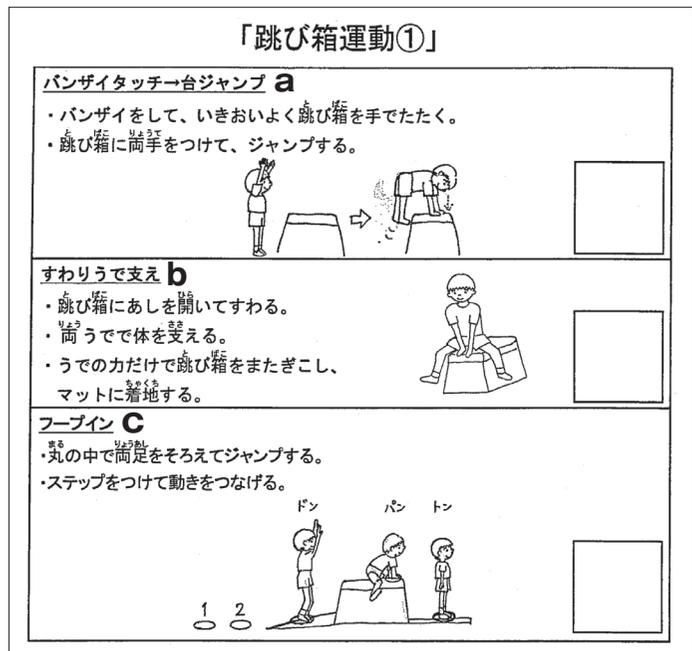


図3 跳び箱運動ワークシート

マットと同じ高さにし、着地地点の高低差だけは残すようにすると、不安なく練習することができた。また、限られたマットの空間で前転することで、手をつく位置や身体をより小さくしなければならないことを児童が理解することができた。

(3)鉄棒

鉄棒運動での児童の課題は、肘を曲げて鉄棒に身体を引き寄せるということである。そこで、肘を曲げて引っ張るという経験をさせるために、タオルを使ったウォーミングアップを取り入れた。最初は、二人でタオルの両端を持つ人と真ん中を持つ人に分かれ、親指が上になるようにしてタオルを握りそれを綱引きのように引っ張る運動をした。次に、仰向けの状態でタオルを握り、タオルを引っ張りながら脚を上げる運動に取り組んだ。特に綱引きは児童が夢中になってやり、担当の教員だけではなく友達や他の教員と腕試しをするなど児童自身が意欲的に行っていました。実際の逆上がりの練習では、TOSSの「くるりんベルト」という補助教具を使って鉄棒と腰の位置を固定し、鉄棒の奥に跳び箱を一段おいて蹴り上げ台の代わりにした。慣れてきた児童にはベルトを少しずつ緩めたり、蹴り上げ台だけを使って練習したりするよう促した。ベルトを使うことで、体重の重さで肘が伸びてしまうことがなくなり、児童も曲げる感覚を身に付けやすくなった。また、身体の使い方が分かったことや、年度最後の単元であったことから、ゆっくりとした動きでも、児童が動きのポイントを意識して動いたり、筋力を使って動いたりすることができるようになっていた。

V 成果と課題

まず、段階的に運動発達を促す学習指導計画の作成については、学習内容の系統性を整理することで、これまで単発的な活動になりがちだった単元も、単元それぞれとのつながりを考え、系統性を意識した内容を盛り込むことができた。また、年度当初にボディイメージを高める動き作りと上肢の筋力を高める運動を継続的に取り組んだことで、それまでは自分の身体を支えることさえ難しかった児童も徐々にできる運動が増え、通常学級でも参加できる体育の学習が増えてきた。様々な感覚を通した運動を行うことで、課題の異なる児童それぞれの運動発達を促すことができたことは大きな成果であった。

次に、児童が楽しんで取り組める学習内容の工夫については、情緒通級でしか体験できない活動ということもあり、どの児童も自ら進んで取り組んでいた。ただ、遊具を与えるだけではなく、学習のねらいやどんなことができればどんな力がつくかということを明確に児童に示したことで、運動を得意とする児童も意欲的に参加することができた。しかし、課題として、感覚統合の遊具や十分なスペースの確保などその学級の環境によっては設定が難しいという面があるため、既存の感覚統合遊具の魅力に頼るだけではなく、身近なものを活用した新たな教材開発も継続して行っていくことが必要である。

最後に、在籍校で取り組む運動の指導については、それぞれの運動を細分化して分析することで、それぞれの児童の課題を明確にし、個に応じた指導の手立てを考えることができた。また、どの運動においても、これまでよりできるようになったという児童が増え、感覚統合の視点を踏まえ段階的に指導を行うことの有用性を感じる結果となった。また、在籍学級の先生からも連絡帳を通じて「体育で跳び箱の○段が跳べて、みんなから拍手を

もらい嬉しそうでした。」などのコメントを頂くようになったり、児童自身から「今度マット運動やるから、今日の方法で練習してみよう」という声を聞いたりするなど、本実践が児童にとって分かりやすく、できるという実感をもてたことが見て取れる。配列上、通常学級の指導のタイミングと合わない単元があるため、指導の共有化が今後の課題である。

VI おわりに

筆者が4年間このような実践を進めることができた情緒通級も間もなく特別支援教室として形を変えていく。通常学級の担任になって情緒通級の体育指導が役に立つなと思う反面、その全てを生かすことは、筆者自身まだ十分にできていない。しかし、児童の問題行動やつまずきの背景を知っているだけで、児童に穏やかに接することができていると感じる。筆者は、幸いにも感覚統合について理解を深め児童の指導にあたることができたが、やはり教育現場では教員の大半がこの言葉すら知らないということが現状である。今後このような感覚統合にかかわる発表や特別支援教室の担任との交流を通じて、感覚統合の考えが広く浸透していけば、児童・教員それぞれの困り感を解消することができるのではないかと考える。そのためにも、筆者自身がこの実践の経験を中心に、感覚統合の視点を生かした指導方法や支援方法について広めていけるよう、今後は通常学級の担任として活用する手立てについても研究を進めていきたい。

引用文献

- * i 文部科学省 (2002) 「今後の特別支援教育の在り方について (最終報告)」 Retrieved from http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/shotou/054/shiryo/attach/1361204.htm
- * ii 永井洋一・浜田昌義 (1998) 『感覚統合Q&A子どもの理解と援助のために』 共同医書出版社
- * iii 笹田哲 (2012) 『気になる子どものできた!が増える 体の動き指導アラカルト』 中央法規

参考文献

- (1) 木村 順 (2014) 『保育者が知っておきたい 発達が気になる子の感覚統合』 Gakken
- (2) 笹田 哲 (2011) 『「かしこい体」のつくり方』 三洋社
- (3) 月森久江 (2005) 『教室でできる特別支援教育のアイデア172 小学校編』 図書文化
- (4) 月森久江 (2008) 『教室でできる特別支援教育のアイデア172 小学校編 Part2』 図書文化

