

# 知的障害特別支援学校における

## 運動の楽しさを追求した体育授業の実践

### —高田の楽しさの4原則に着目した工夫—

熊田さくら（教育実践コース）

#### 1 はじめに

特別支援学校学習指導要領体育科の目標では、心と体を一体として捉え、生涯にわたる心身の健康の保持増進や豊かなスポーツライフの実現を重視している。さらに、目標の中に「楽しく」という言葉が多く見られる。私は、体育授業の中で楽しさを感じることを重要だと考え実践をしてきた。

体育における楽しさについて、高田（1985）は「楽しさの4原則」を提唱している。高田は運動の楽しさを「動く楽しさ」「集う楽しさ」「伸びる楽しさ」「解る楽しさ」と4つに表している。学習指導要領の中には、この4つの楽しさに関連する記述があるが、その記載の量には楽しさによって差があるように感じる。「動く楽しさ」に関連する記述は多いが、「解る楽しさ」に関連する記述が見られないなどである。そこで、私は子どもたちが感じる楽しさには順序性があるのではないかと考えた。上記の順に子どもは楽しさを感じると考え、一つ一つの楽しさに着目して実践を行った。

#### 2 目的

子どもたちが豊かなスポーツライフの実現の素地を養うために、運動の楽しさに着目する。そして、高田典衛の楽しさの4原則が実感できる体育授業には、どのような工夫があるのかを検証することを目的とする。

運動には「する・知る・見る・支える」とあるが、本実践では「する」に着目をした。

#### 3 実践

##### (1) 実践1「動く楽しさ」に着目した実践

###### ① 目的

動く楽しさ（自ら体を動かそうと努力して運動を続け、一定の運動量に達したときの爽快感）を保障した授業を行う。そしてそのために必要な工夫を明らかにする。

###### ②方法

A特別支援学校小学部3、4年生、男子3名、女子3名の計6名を対象として授業を行った。授

業数は計12回である。1コマは15分で行った。単元は体づくり運動で、特に多様な動きを作る運動を取り入れた。その中で3つの手立てを立てた。1つ目は、子どもたちの好きな動物に見立てた動きを取り入れたこと。2つ目は、サーキット運動を取り入れたこと。その中で、ジャンプをする場所にミニハードルを置いたり、四つ這いの動きをするために暖簾を設置したりするなど、具体物を使用すること。3つ目は、サーキット運動の中で、コースを複数用意し、自身でコースを選択することができるということである。毎時間の授業は、タブレット端末で撮影をし、動画から児童の様子を評価した。

###### ③結果・考察

3つの手立てをした中で、児童の変化から、児童が精一杯体を動かし、動く楽しさを実感するために有効だった手立ては、2つめの「サーキット状のコースにしたこと」「具体物をコースに取り入れたこと」であった。1つ目の手立てでは、児童の活動時間が短かった。3つ目の手立てでは、自らコースを選択することが難しい児童は活動に参加することができなかった。

###### ④ 考察

手立てによって児童が変化した、具体的な様子は下記の通りである。

- ・サーキット状のコース設定をしたことで、主体的に活動に参加する児童が増えた。児童の待つ時間が減り、活動に継続して取り組むことができた。
- ・具体物を用いることで、活動が分かりやすく主体的に活動に参加する児童が増えた。言語の指示が少なく、活動のイメージ、見通しを持ちやすくなった。  
その一方で、改善するべき点は下記の通りである。
- ・自分なりの活動方法で参加するには、見通しが持てず、コースを選択することができず、活動に参加することができない児童がいた。そのため、個別の支援が必要であった。

(2) 実践2「伸びる楽しさ」に着目した実践

①目的

豊かなスポーツライフの実現を目指し、「伸びる楽しさ」(自分が進歩しつつあり、授業毎に新しい自分、違った自分がそこに出現する楽しさ)に着目し、生徒が振り返りをしながら楽しく運動に取り組めるかを、実践を通して検証する。運動量の変化に応じたフィードバックを取り入れた振り返りを導入して、朝の運動を行うことで、運動量が増加し、楽しさが増加するか分析する。

②方法

B特別支援学校中学部3年生 15名を対象として授業を行った。生徒は生徒A～Oと示す。実践はABAデザインに基づき第一ベースライン期、介入期、第二ベースライン期に分けて計8回行った。毎朝行われている朝の運動(20分間のウォーキングもしくはランニングの時間)で、生徒に歩数計をつけて運動を行ってもらった。その後、Scratch(プログラミング教材)を用いて筆者が作成した振り返りシートを使い、活動の振り返りを行う時間を設ける。振り返りでは「たのしさレベル」「前回の歩数」「今回の歩数」を入力し、歩数が伸びたかそうではなかったかに応じてフィードバックがある。Scratchを用いた理由は2つある。1つ目は、数の大小を理解していない生徒でも、数字を入力することで歩数が伸びたか、そうではないかの結果が即時フィードバックされるということ。2つ目は、入力作業を生徒の実態に合わせたことで、自身で入力することができ、主体性や活動への意欲を高められるのではないかと考えたからである。

入力する「たのしさレベル」とは、「とてもつまらない(1)」「ちょっとつまらない(2)」「ちょっと楽しい(3)」「とても楽しい(4)」の四段階の評価を用いた。

③結果

それぞれ、活動場所による環境の差を排除するため、体育館で活動した火曜日と、廊下で活動した木曜日で区別をした。また、欠席などでデータが不足している生徒は除外し、ベースライン期、介入期、第二ベースライン期のすべてにおいて記録を取ることができた生徒に注目する。ベースライン期と、介入期の平均、第二ベースライン期で比較をする。そのように整理した表が表1、2、3、4である。

表1 体育館での生徒の歩数

生徒	ベース一	介入	ベース二
B	2588	2721	2787
C	2862	2716	2433
I	5525	887	1168
J	1037	2096	2086
L	2889	2682	2785

表2 体育館での生徒のたのしさレベル

生徒	ベース一	介入	ベース二
B	3	4	4
C	4	4	4
I	3	3	3
J	4	3	4
L	3	4	4
M	4	3	4

体育館での歩数が伸びた生徒は生徒B、生徒J、生徒Mの3名、楽しさレベルが増えた生徒は生徒B、生徒Lの2名であった。そのうち生徒Bはどちらも増加した。

表3 廊下での生徒の歩数

生徒	ベース一	介入一	介入二	介入三	ベース二
B	2790	2278	2517	910	2007
C	1879	1701	2254	1041	1726
I	1516	1358	1358	1424	238
J	1740	1440	1440	852	745
L	2326	2327	2173	2473	2056
N	88	142	140	1407	1530
O	2385	2156	4288	1168	2611

表4 廊下での生徒のたのしさレベル

生徒	ベース一	介入一	介入二	介入三	ベース二
B	4	4	3	4	4
C	4	4	4	4	4
I	3	4	4	4	2
J	3	3	3	4	4
L	3	3	4	2	3

廊下での歩数が伸びた生徒は生徒N、生徒Oの2名、楽しさレベルが増加した生徒は生徒Jの1名で、どちらも増加した生徒はいなかった。

#### ④考察

体育館での活動において、歩数は6人中3人増加した。(50%) 楽しさレベルは6人中2人増加した。(33%)

廊下での活動において、歩数は7人中2人増加した。(29%) 楽しさレベルは5人中1人増加した。(20%)

運動量を可視化し、生徒が振り返りをしながら活動に取り組むことで、運動量の増加と楽しさの増加を期待したが、生徒によって増加した生徒とそうではない生徒が見られた。増加した生徒は、運動量が可視化されたことで、活動への意欲が高まった。増加しなかった生徒は、歩数が伸びることよりも、今までの自分のペースでの活動に満足していたことや、伸びる楽しさを感じることができなかったのではないかと考える。

#### (3) 実践3「集う楽しさ」に着目した実践

##### ①目的

「集う楽しさ」(子供が仲間と親しく付き合い、生きる喜びを感じ取る楽しさ)に着目し、生徒が振り返りをしながら楽しく運動に取り組めるかを、実践を通して検証する。複数の生徒で行う振り返りを取り入れたことで、朝の運動での運動量や楽しさレベルに変化があるかを分析する。

##### ②方法

B特別支援学校中学部2年生、男子3名を対象として、実践2と同じ、朝の運動での介入をした。対象生徒は生徒A～Cと示す。実践はABデザインに基づき第一ベースライン期、介入期、に分けて計18回行った。毎朝行われている朝の運動の時間で、生徒はカウンターを用いて周数を数えて運動を行ってもらった。その後、個人でiPadに内蔵されているアプリの「numbers」を用いた振り返りと、3人が一緒に行う振り返りを行う時間を設ける。

振り返りは、朝の運動の後1時間半程度たってから行っている。

個人での振り返りでは「たのしさレベル」(実践2と同じもの)「今日の周数」を表に入力をする。「今日の周数」は、numbersを用いて周数を表に入力するとグラフが作成されるようになっている。周数がグラフとなって可視化されることで、生徒が意欲的に取り組むと考えたためである。グラフは「今までの合計周数」が表示されるようになっている。活動場所が日によって変わり、活動場所による周数の差が分かりにくいということ、周数が減ったときに生徒の意欲が減少してしまうことを避けるためである。

3人で行う振り返りでは、3人の周回数に応じてシールを渡し、1枚のシートに貼っていく活動を行う。なお、10周で1枚のシールを渡すようにした。

#### ③結果

生徒の周数及びたのしさレベルは以下の図1、図2、図3、表5である。

4回目までをベースライン期とし、5回目から振り返り活動を取り入れた。3、4回目は、振り返りは行っていないが、生徒Bがカウンターを見つけ、周数を筆者に尋ねながら活動を行っていた。

活動場所は、日によって異なっている。体育館では走ることができるが、プレイルーム(表記: プレイ)、音楽リズム室(表記: 音リ)、ホールは場所が狭いため、走ることはできない。また、体育館は室温によって使用不可能の日がある。そのため、後半は体育館での活動が少なくなっている。

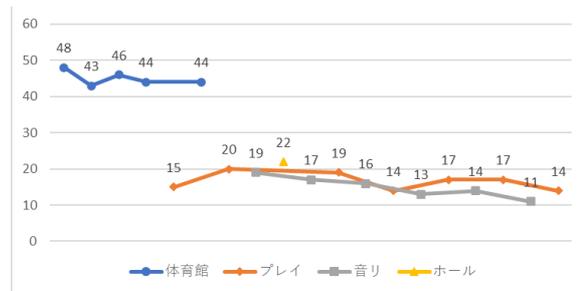


図1 生徒Aの周数

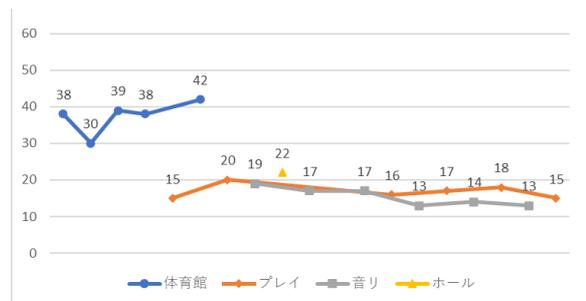


図2 生徒Bの周数

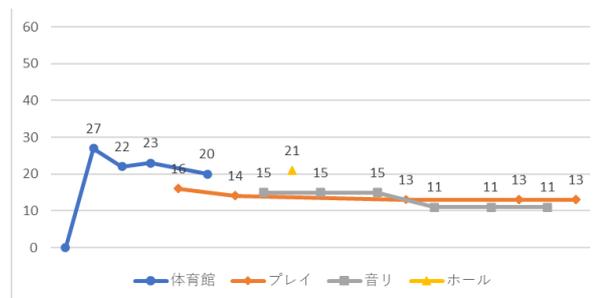


図3 生徒Cの周数

表5 生徒のたのしさレベル

生徒	記録回数 (全 15 回)														
	A	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
B	2	2	2	2	2	3	/	2	1	1	1	1	1	1	1
C	4	3	4	4	3	4	/	2	/	4	/	4	4	/	4

④考察

周数、たのしさレベルについて、生徒によって様々であり、介入期から増加したとは言えない状況である。

また、増減が見られたことに対して、活動場所の要因を挙げる。どの活動場所でも、活動人数が多く生徒が自分のペースで運動し続けることが難しかったことが、ばらつきの原因として考えられる。

周数の伸びはあまり見られなかったが、生徒の行動の様子は変化した。生徒Aが「みんな、カウンターは持った？」と話をするなどの朝の運動に対する肯定的な言動が見られた。介入期以前はそのような言動は見られなかった。それは、以下のようなことが関係したと思われる。

- ・運動量が周数という数値となって表れたこと
- ・シールを溜めるという分かりやすい形で表れていたこと
- ・同じ目的に対し協力して活動するという体験ができたこと

4 総合考察

(1) 3実践を通して

本研究では、高田典衛の楽しさの4原則が実感できる体育授業には、どのような工夫があるのかを検証することを目的とした。

その結果、それぞれの実践の中で「環境構成の工夫」「運動量の可視化」「個人・全体でのフィードバック」という工夫で、子どもたちの楽しさが増加したり、運動へ積極的に参加したりする児童生徒の姿が見られた。

「環境構成の工夫」について、実践1の子どもが理由として挙げられる。子どもたちが自然と動きたくなる教具やコース設定の工夫を行った。すると、運動に積極的に参加することができた児童が4名いた。

「運動量の可視化」について、実践2、3の子どもが理由として挙げられる。それぞれ、歩数計、カウンターを用いて運動をすることによっ

て、歩数、周数が可視化されること自体に魅力を感じ、運動に積極的に取り組む生徒がいた。

「個人・全体でのフィードバック」について、実践2、3の子どもが理由として挙げられる。実践2では、個人で周数の変化を、Scratchを用いて記録した。すると、自身の運動量に対してフィードバックが返ってくることにより、もっと運動をしようとする意欲的になる生徒がいた。実践3では、3名で振り返りを行うことにより、みんなで頑張ろうという気持ちが生まれた生徒がいた。

(2) 楽しさの順序性

本実践を始める際には、高田典衛の楽しさの4原則には、子どもたちが楽しさを感じる順序性があると考えていた。しかし、3つの実践を通して考えが変化した。楽しさを感じる順序性があるのではなく、発達段階に応じた楽しさを選択することが大切なのではないかと考えた。以下がそのように考えた理由である。

本実践では、「動く楽しさ」「伸びる楽しさ」「集う楽しさ」の3つに着目をした。そしてそれぞれ、異なる学年を対象に実践を行った。学習指導要領内では、「動く楽しさ」「集う楽しさ」を中心に記述があり、特別支援学校では特に「動く楽しさ」についての記述が多い。今回異学年を対象に実践を行った中で、発達段階に応じて4つの楽しさを取り入れる必要があるのではないかと考えた。授業内でどの楽しさをねらうかは、子どもの実態に応じて考えなければならないと思う。

その中で、3実践を通して共通していたことは、「動いている子どもは、楽しさを感じていた」という事である。そのため、4つの楽しさには階層性があるものの、まずは子どもが「動くこと」を大切にする授業が必要なのではないかと考えた。

また、以下の点についてはまだ考察が深まっていない。

- ・楽しいから動くのか、動くから楽しいのか
- ・動いていなくても、楽しさを感じる子どももいるのではないか

今後、運動の楽しさとは何かという点について、常に考えて授業を行いたい。

引用・参考文献

- ・文部科学省 (2018 年) 特別支援学校小学部学習指導要領解説 各教科等編 (小学部・中学部) (p 221-223)
- ・高田典衛 (1985 年) 『楽しい体育の授業入門』明治図書出版株式会社 (p 18-42)