

知的障害児の立ち幅跳び動作向上のための取り組み

原 満登里

(山梨大学教育学部附属特別支援学校)

KEY WORDS: 知的障害児 身体の動き 動きの質の向上

1 問題と目的

知的障害児は一般に運動能力の発達に遅れが見られるが、運動能力が向上することで余暇の充実やスポーツへの参加意欲を高めるとともに、安全確保や日常生活動作の向上にもつながることから、多様な動きを学習することが大切である。

体力テストなどの一つとして広く行われている立ち幅跳び動作は、植屋 (1984) によると垂直方向と水平方向の二次元の運動であることから、跳躍力だけではなく、平衡性や柔軟性、協応性など多くの動作が含まれているといわれている。

ところで、多様な動きを獲得するためには、中村・武長・川路・川添・篠原・山本・山縣・宮丸 (2011) は、「運動量 (動く量) を確保すること」「動きの質 (適切な動き) を高めること」が大切であると述べている。

本稿では、基本的な動きの一つである立ち幅跳び動作に着目し、知的障害児の立ち幅跳び動作の質を高めることを目的とした授業実践を報告する。

2 方法

(1) 対象児

特別支援学校 (知的障害) 小学部 1 年生の男子児童 A (以下、児童 A とする) であり、知的障害と自閉症の診断を受けていた。KIDS 乳幼児発達スケールにおける発達指数は 30 であった。高い所や足場が不安定な所は苦手であるが、運動機能に問題は見られず、走ったり跳んだりするなど、体を動かすことに積極的に取り組んでいた。授業開始時の立ち幅跳び動作の実態は、跳躍することはできるが、身体を静止したり意図的に動かしたりすることは難しく、動きにぎこちなさが見られた。そのため、体を自分で調整して跳ぶための基礎となる運動を十分に経験できる場の工夫が必要であった。

(2) 指導場面

指導場面は、各教科等を合わせた指導である「朝の体育 (室内運動)」であった。授業構成について、授業前半は「運動量 (動く量) を確保する」ことができるようにサーキット形式での活動、授業後半は「動きの質 (適切な動き) を高める」ことができるように、年間を 3 期に分けて運動種目を設定して取り組んでいる。本実践では 3 期の中の第 1 期に週 1 回、授業の後半に設定した「動きの質 (適切な動き)」の場面において、立ち幅跳び動作の学習に取り組んだ。なお、指導期間は、X 年 4 月～6 月までの 8 回と X+1 年 2 月～5 月までの 5 回の計 13 回であった。

(3) 指導方法

児童 A が身体の動かし方を理解しやすいように、立ち幅跳び動作の課題分析を行って課題達成までの過程に明らかにし、課題分析の結果に基づいて支援の段階や内容を設定した。児童は、教師の支援を受けて 1 試行で 2 回跳ぶことができるようにし、1 授業あたり 2 試行、合計 4 回跳ぶことに取り組むこととした。

(4) 手続き

教師の支援を受けて、立ち幅跳び動作における「動きの質 (適切な動き)」が高まったかどうかを、児童の動きの変容で評価した。動きの変容については、葉石・奥住・平田・國分・田中 (2009) を参考に「動きの質 (適切な動き)」の評価

表」を作成し、2 試行目の 1 回目のジャンプについて、毎回の授業終了後に筆者が評価した。評価表では、立ち幅跳び動作の発達段階の特徴に応じた 5 つの動作パターンのどれに該当するかを確認し、立ち幅跳び動作を「ジャンプ前静止姿勢」「踏み切り時」「着地時」に分けてチェックポイントを設定し、「できた」「できない」で評価した。さらに、この評価表と児童が取り組んでいる写真や動画などの映像を検討して、動作向上のための直接的な支援と環境的な支援を改善し、児童の立ち幅跳び動作の向上を目指した。

3 結果

1 回目には教材として足形を用意し、足形から足形まで跳ぶように示範した。児童 A は支援を受けて、「ジャンプ前静止姿勢」のチェックポイントである両足をそろえて静止することはできたが、両足をそろえて前へ出すことや両足をそろえて着地することはできなかった。動作パターンは、片足踏み切り片足着地の動作であり、2 回目以降では両足をそろえて動くことに目標を定め、垂直跳びや跳び降りが両足をそろえてできるように身体的支援を行った。また、スタート位置にの足形を巧技台上に置き、着地の足形を近くすることで、児童 A は目標地点の足形を見たり、遠くに跳ぼうとするための片足踏み切りをしないようにしたりするなど、両足で跳ぶ動作の獲得ができた。5 回目には、自力で「跳躍方向と反対の後方に両腕を振る」という動作で跳ぶことができるようになった。6 回目以降の取り組みでは、遠くへ跳ぶことを目指して「ジャンプ前静止姿勢」では膝を曲げること、「踏み切り時」「着地時」では両腕の動きについて支援を行った。その結果、児童 A は「肘が屈曲する程度に両腕を前方へ降り出す」動作を行うことができ、立ち幅跳び動作の質が向上した。

4 考察

立ち幅跳び動作の質を高めるためには、児童の現在獲得している動きや認知特性などについて詳細に把握することが重要であった。また、獲得させたい動きについて課題分析などを行い、動きの質の向上までに必要な過程や課題を明確にすることが必要であった。体の動きを含めた児童の実態を詳細に把握することで、児童への的確な指導ができるようになる。また、児童が自分で分かって動こうとすることができる教材の開発や、落ち着いて且つ積極的に運動ができるような環境設定が肝要である。

【文献】

葉石要一・奥住秀之・平田正吾・國分充・田中敦士 (2009)

知的障害児・者の運動機能の評価に関する文献研究. 上越教育大学特別支援教育実践研究センター紀要, 15, 5-10.

中村和彦・武長理栄・川路昌寛・川添公仁・篠原俊明・山本敏之・

山縣然太郎・宮丸凱史 (2011) 観察的評価表による幼児の基本的動作様式の発達. 発育発達研究, 51, 1-18.

植屋清見 (1984) 立ち幅跳び動作における距離獲得条件-腕の動作自由度と Limiting Factor -. 山梨大学教育学部研究報告第 35 号, 154-156.

※本発表は、本人及び保護者の承諾を得て、調査及び掲載をしている。

(HARA Midori)