

山形県立米沢養護学校高等部 体育科の取り組みについて

1 はじめに

本校は山形県南部、米沢市にある創立38周年の知的障がい養護学校です。高等部は設置されてから今年で18年目となります。在籍児童生徒数は141名、そのうち本校高等部の生徒数は50名です。高等部の教育目標（目指す生徒像）は次の3つです。

(下記以降メールマガジンの続きです)

- (1) 心身ともに健康な生徒
- (2) 思いやりの心を持ち、助け合う生徒
- (3) ねばり強く進んで働く生徒

この目標を達成するためには、高等部の3年間を通じて心と体を鍛え、健やかでたくましい生徒を育成する必要があります。そのためには、「教科等を合わせた指導」が多い本校においても、高等部体育科の授業は必要不可欠であり、学校生活の中で大切な時間にしていきたいと考えています。

2 体育科の学習内容についての紹介

何よりも、生徒が楽しく存分に体を動かしながら体力の向上を図ることができるよう、生徒の実態に応じた多様な学習活動を季節に応じて設定しています。教科体育の時間は週2時間（6校時帯；13:45~14:30）設定しています。その他に通年の取り組みとして毎日15分間、「体力づくり」の時間を設定しています。

保健分野の学習は、大きく「身の回りの清潔」「身体の仕組み」「健康な生活」の3つの題材について学習します。

また、体育にかかわる校外学習として、校外の広いプールでの水泳学習、冬期の校外雪上運動（チューブスライダー）などを計画しています。

年間計画、活動内容は次のとおりです。

(1) 体育分野

月	題 材	期 待 す る 姿	主 な 学 習 活 動
4	・ 集団行動 ・ ゲーム	・ 新しい仲間と共に楽しく体を動かす。 ・ 自分なりに体を動かして簡単なゲームを楽しむ。	・ 集合、整列、挨拶の仕方 ・ ランニング、ダンス ・ ゲーム（しっぽ取り、椅子取り、折り返しリレー）
5	・ 運動会	・ 自分の力を十分に発揮して徒競走や団体種目等に取り組む。	・ 70m徒競走 ・ 団体種目（「よねようハリケーン」） ・ まり入れ
6 ・ 7 ・ 8	・ 水泳	・ プールの中で体を動かし、水泳や水遊びを楽しむ。 ・ 歩く、潜る、浮く等、全身を動かし、水の感覚や水中での活動を楽しむ。	・ 入水の準備（体操等）、水中を歩く、走る、浮く、潜る、呼吸法、バタ足、水のかき方、自由形 ※校外学習（校外プール利用2回）

9	・長距離走	・自分のペースで最後まで走り通す。	・長距離走
11 ・ 12	・屋内運動 ・器械運動	・自分のできる技で跳び箱を越えたりマットの上を転ったりする。 ・やりたい種目を選び、目標を設定して取り組む。	・開脚跳び、横転、後転、前転、側転 バランス
1 ・ 2 ・ 3	・雪上運動 ・ゲーム	《雪上運動》 ・雪に親しみ、体を楽しく動かす。 《ゲーム》 ・自分から体を動かし、仲間と共にゲームを楽しむ。	《雪上運動》 ・そり滑り、雪上サッカー 《ゲーム》 ・ゲーム（追いかけたま入れ等） ※校外学習（飯豊少年自然の家利用）

(2) 保健分野

題 材	期 待 す る 姿	主 な 学 習 活 動
身の回りの清潔	・自分の体、衣服等を清潔にすることを意識する。 ・手洗いや排泄の正しい習慣を身につける。	・清潔な生活について（洗顔、歯磨き、入浴、爪切り、手洗い） ・季節や寒暖差に合わせた衣服の調節 ・汗や汚れの始末 ・排泄、適切な生理の処理方法（女子）
身体の仕組み	・人間の身体の簡単な仕組みを理解する。 ・性差を意識して、異性との適切な関わり方を理解する。	・身体の各部位の名称と働き ・男女の身体の違い ・射精の仕組みと意味 ・生理の仕組みと意味
健康な生活	・病気や怪我の予防法を理解し、丈夫で健康な生活を送ろうとする意識をもつ。	・病気や怪我についての知識 ・病気や怪我の予防法と処置法 ・丈夫で健康な生活

(3) 体づくり（ランニング・ダンスを通年で行う）

学期	題 材	期 待 す る 姿	主 な 学 習 活 動
1	・運動会単元 ・市役所バザー単元	《ランニング》 自分のペースで時間いっぱい最後まで走り通す。	・創作ダンス、ランニング ・市役所のバザーダンス
2	・よねようまつり単元	《時期のテーマ》 ダンスなどを通じ、時期ごとのテーマを意識しながら仲間と一緒に楽しく体を動かす。	・創作ダンス・ランニング ・よねようまつりのダンス
3	・市役所バザー単元		・創作ダンス、ランニング ・市役所のバザーダンス

3 おわりに

体育科の授業を通して、存分に体を動かしてたくさん汗を流す姿、仲間と楽しく触れ合う姿が見られます。授業後には「今日は頑張ったね。」「疲れたけど楽しかった。」という声も聞かれます。生徒の顔は充実感にあふれ、体を動かす心地よさを感じているようです。そんな姿は実に高校生らしいなと思います。作業学習が主体となる高等部生活の中で、週2時間の体育の授業を楽しみにしている生徒は本当に多いものと思われます。

一方、生徒によって障がいの種類や程度は大きく異なり、体力面での差も大きいものがあります。体力や運動能力という点では通常学校の生徒と変わらない生徒もいますし、肢体不自由の生徒や運動制限のある生徒もいます。中には体を動かすのは苦手だと感じている生徒も見られます。生徒の実態は実に多様です。

そこで、一斉授業を基本としながら、生徒の障がいや体力などに合わせたきめ細やかな支援が必要になってきます。年間計画や授業内容、1時間の授業の進め方などについては、日々評価・改善しながら、より生徒の実態に即したものにしていきたいと考えています。

高等部は働く生活が中心となりますので、長時間粘り強く働くためには何と言っても基礎体力が必要です。その点では、体育科の取り組みは確実に生徒の体力向上につながっているものと実感しています。

また、性教育については、体育科の授業で扱うだけでなく、日々の生活の中で個に応じた支援が大切になります。個に応じた支援をより充実したものにいく必要があると感じています。

最後になりますが、生涯教育という観点で考えると、高等部3年間の体育の授業を通して、卒業後、社会人となっても体を動かすことが好きな人になってほしい、運動を通して仲間と楽しくかかわることのできる人であってほしいと思います。日常的に運動に親しむことにつながってくれたらと願っているところです。