

# 特別支援学校（知的障害）高等部におけるアダプテッド体育に関する調査研究

三村 祥太

## I 問題

特別支援学校学習指導要領における知的障害の高等部の保健体育科の目標は、運動領域をさらに広げるとともに、将来の余暇活動も視野に入れた適切な運動の経験や健康・安全についての理解をとおして、心身の調和的発達を図り、明るく豊かな生活を営む態度と習慣を育てることである(文部科学省, 2009)。

松坂・茂木・吉野(2013)は、知的障害児の運動スキルに関する調査において、特別支援学校(知的障害)の生徒は、マット、鉄棒、跳び箱、水泳の運動技能の習得がむずかしく、体育の授業では、短距離走、持久走、水泳、ストレッチ、サーキットトレーニングなどの個人種目が多く、サッカーを除くボール運動の取り組みが少ないと報告している。また、松坂・茂木・吉野(2013)は、「体育の授業で取り上げる教材と運動スキルの関係について、例えば、鉄棒は「できない」から取り上げられないのか、取り上げないからできないのかわからなかった」と報告している。

さらに、「ある運動課題にどれほどの時間を配当すれば、どのくらいの児童生徒がその運動技能を習得できるのかも一人一人によって大きく異なる(松坂・茂木・吉野, 2013)」と述べている。そのために、アダプテッド体育では、各運動種目もっている本来の目的や方法に従った運動をすることが基本であるが、器械、器具や用具を提示し、自分にとって可能な動きを工夫することも必要である(齊藤, 2014)。障害のある生徒の健康の保持増進や体力の増強にかかわる体育の分野では、特別な工夫と配慮が今まで以上に求められることとなる(齊藤, 2014)。そして、すべての教員は、生徒の障害を理解し、健康の保持増進や体力の増強にかかわる支援や指導を学ぶことが必要であり、特に体育の教員はアダプテッド体育を知る必要が

ある(齊藤, 2014)。

特別支援学校(知的障害)高等部では、中学部から進級する生徒と特別支援学級から進学してくる生徒がおり、生徒の実態の幅が広がっており、現状を把握し、アダプテッド体育としての工夫や配慮が、これまで以上に必要になっている。

## II 目的

特別支援学校(知的障害)高等部において実施している体育の授業の実施状況及びアダプテッド体育としての取り組みについて、実際に行っている具体的な工夫点や配慮点を明らかにし、アダプテッド体育において必要とされる生徒個々の実態に応じたグループ編成やルール変更、補助具の活用、運動経験の拡大と運動技能の獲得のための工夫について検討する。

- 1 特別支援学校(知的障害)高等部における体育の授業の実施状況
- 2 実態に応じた運動経験の拡大と運動技能の獲得のための工夫
- 3 アダプテッド体育と地域・社会との連携

## III 方法

- 1 特別支援学校(知的障害)高等部における体育の授業に関する質問紙調査  
予備調査をもとに、A県内の特別支援学校(知的障害)の全24校の高等部の体育担当教員(各学年1名ずつ)を対象とし、郵送配布による質問紙調査を実施する。

内容は、次のA～Cである。

- A. 体育の授業の実施状況(名称、回数、時間、場所、生徒の実態、集団編成、指導の体制)
- B. 実態に応じた運動経験の拡大、運動技能を獲得するための工夫(体育の授業で取り上げている種目、指導計画上の時間配分、指導計画立案のための工夫)
- C. アダプテッド体育(アダプテッド・スポーツ

の考え方)

## 2 体育担当教員が行っている有効な手だてと授業改善の方法に関する面接調査

体育の授業において、有効だと考えられる具体的な手だてと配慮点について体育の担当教員4名を対象とし、面接調査を実施する。

内容は、質問紙調査の結果、有効だと考えられる具体的な手だてと配慮点についてである。

## 3 倫理的配慮

上越教育大学研究倫理審査委員会の承認を受けている(承認番号26-63)。

# IV 結果及び考察

## 1 特別支援学校(知的障害)高等部における体育の授業に関する質問紙調査

### 1) 回収結果

調査用紙を送付した24校中9校(回収率38%)から返信があり、依頼した教員の人数70人中25人(36%)から回答があった。すべて有効回答とした。

### 2) 体育の授業の実施状況

授業を行う場所は、「運動場」「体育館」と回答した教員が24人、「プール」18人だった。集団編成は、「学年別」と回答した教員が19人、「運動能力別」16人、「学部別」14人だった。

「朝の運動」では、体育の内容を扱っているが、日常生活学習の授業として、体力づくりを毎日の日課に位置付け、運動の習慣化を図っている学校もあった。

体育の授業を実施する場所では、運動場、体育館、プールと回答した教員がそれぞれ70%以上あり、特定の場所で行われる体育の授業が多いことが分かった。

### 3) 実態に応じた運動経験の拡大、運動技能の獲得を図るための工夫

運動経験の拡大をねらいとした種目は、「水泳」25人、「球技」22人、「陸上競技」20人、「準備(整理)体操」19人、「器械体操」15人、「ダンス」14人、「武道」2人であった(図1)。

運動技能の獲得では、「球技」24人、「水泳」21

人、「器械体操」12人、「ダンス」12人、「準備(整理)体操」17人であった。また、「陸上競技」20人、「武道」2人であった(図2)。

運動経験の拡大と運動技能の獲得をねらいに行った種目としては、「水泳」が一番多く、「球技」「陸上競技」が次いで多かった。特に、「水泳」では「潜る」「泳ぐ」「蹴伸び」など(図3)、普段陸上では経験できない活動であることが、運動経験の拡大として重視されている。運動技能の獲得でも「クロール」や「バタ足」など(図4)、陸上では獲得しにくい動作を習得することをねらいとしていることが分かる。「球技」では、運動経験の拡大、運動技能の獲得ともに「サッカー」や「バスケットボール」が多かった。また、「サッカー」や「バスケットボール」は、ボールとゴールがあればできるスポーツであるということも、頻繁に行われている理由に挙げられる。逆に、ボール以外に、バットやグローブ、シャトル、ラケットなど

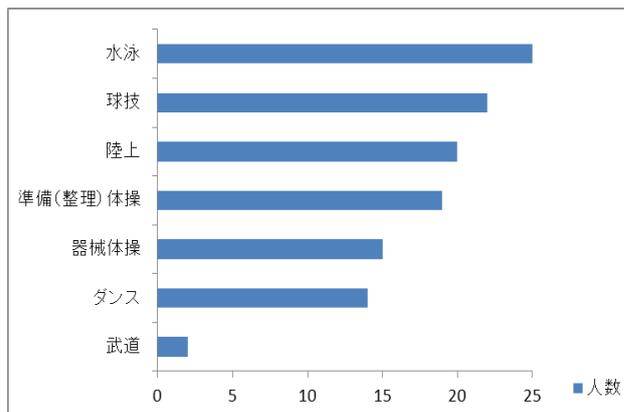


図1 運動経験の拡大がねらいの種目

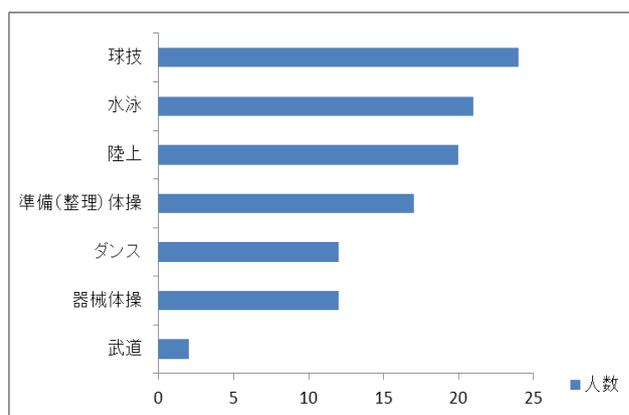


図2 運動技能の獲得がねらいの種目

を揃えなければできないようなスポーツは、回答も少なかった。

「陸上」では、運動経験の拡大、運動技能の獲得どちらも「持久走」が一番多く、体力をつけることや運動量を確保するためにも、運動経験の拡大、運動技能の獲得を図る必要があると考えている教員が多いことが考えられる。また、数は少ないが、「その他」としてあがっていた「フライングディスク」は、作業所や施設等で取り上げられている運動の種目でもあり、生涯スポーツとしてつなげられたらよいのではないかと考える。

#### 4) アダプテッド体育について

アダプテッド・スポーツを知っている教員は、6人であった。また、文献等や研修会等を知っている人も7人だった。しかし、生徒の実態に合わせた工夫では、「補助具等を使用する」21人、「小グループを作る」20人と実践している教員は多くいた。他にも「わかりやすい運動を選択する」

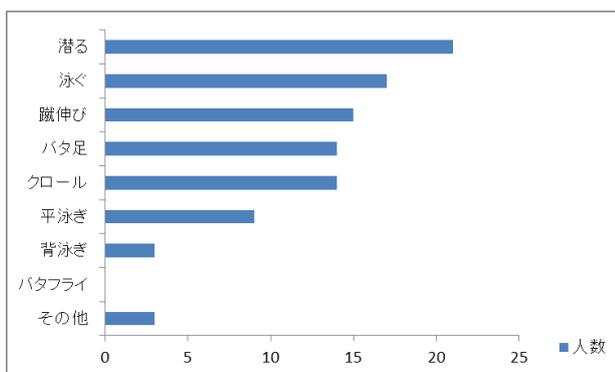


図3 水泳で運動経験の拡大がねらいの種目

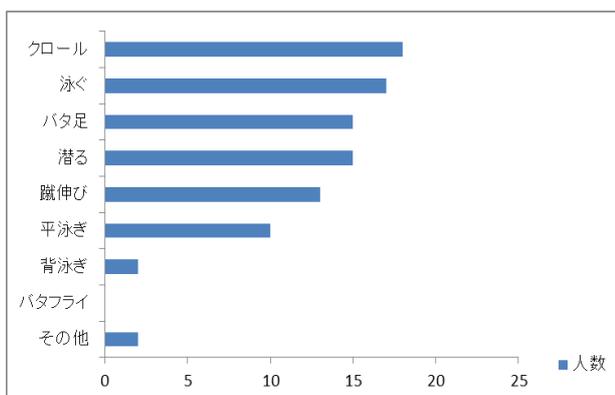


図4 水泳で運動技能の獲得がねらいの種目

表1 体育の授業において行っている工夫や配慮

項目	人数
補助具を使用する	21
小グループを作る	20
ルールを変更する	19
わかりやすい運動を選択する	18
生徒にあった負荷量にする	18
できそうな運動を選択する	16
複数の生徒が協力して行う場面や活動を設定する	14
体力にあった時間設定をする	11
その他	0

複数回答 (n=25)

18人、「生徒にあった負荷量にする」18人、「ルールを変更する」19人、「繰り返し何回も行う」19人だった(表1)。

アダプテッド・スポーツを「知っている」と回答した教員は、6名と少なく、また、アダプテッド・スポーツまたは、アダプテッド体育の研修会等に参加したことがある教員は2名と更に少なかった。しかし、体育の授業において行っている工夫や配慮では、「補助具を使用する」「小グループを作る」「ルールを変更する」などは、多くの教員が実践している。つまり、ルールや補助具を使用することで生徒の実態にスポーツを合わせることであり、生徒の実態を正確に把握し、生徒一人一人に合った支援の仕方が、特別支援学校では、日常的に行われており、生徒の実態に合った支援ができていると考えることができる。

アダプテッド・スポーツやアダプテッド体育という言葉や考え方、具体的な工夫や配慮点を知ることによって、生徒に対する支援の幅を更に広げることができ、より多くの選択肢を生徒に提示できることにつながると思う。

#### 2 体育担当教員が行っている有効な手だてと授業改善の方法に関する面接調査

授業を行う上で場所を設定するとき、4名の教員全てが言っていたことは、まずは生徒の安全を確保するという事だった。安全管理をするということは当然のことであるが、その取り組みは様々であった。グループごとに活動場所を分ける、

ネットなどの物を使用して分ける、教員が立つことで境を示すなど、生徒が理解しやすい方法で安全を確保していた。

また、授業で種目に取り組むときには、ねらいや実態に応じたルール of 簡素化、補助具の開発と有効活用、生涯スポーツにつながる種目の選択など、工夫することが重要であるが、指導時間を確保しないと、運動経験の拡大や運動技能の獲得はむずかしい現状がある。

しかし、そのような現状の中でも、球技を指導することにおける工夫について、シュートを行うにしても、パスを行うにしても、目印を準備することが重要であることが示唆された。例えばサッカーのシュートでいえば、ゴールに鈴をつけて鳴るようにしたり、キャラクターをネットの先において、キャラクターめがけて蹴ることで、蹴る方向を明確にするなどが挙げられた。また、運動技能の獲得をめざすことも大切だが、試合に活かせる動きを学ぶことも大切であるとされており、試合に活かせる動きを学ぶ指導は、多数の生徒を対象にして教員1人で指導するよりも、他の教員と協力し、複数で指導することが必要であることも示唆できる。

特別支援学校で行っている体育の授業では、大きく分けると3つの配慮点が指摘された。1つは、ルールの簡素化である。特別支援学校の生徒や卒業生が理解することができる簡素化したルールで、他の学校種の生徒や社会人にとっても楽しくできる簡素化したルールが必要である。ルールを簡単にしつつも、両者が楽しく活動できるような配慮が重要になる。

2つ目は、アダプテッド・スポーツやアダプテッド体育を行う場の設定である。どこで行うか、どれくらいの頻度で行うか、どのような種目を行うか、どのような配慮や工夫を行うか、支援するか、生徒たちの実態をよく知る学校の教員が行ったり、地域にいるスポーツ指導者などと連携して行ったりすることが必要となる。そうすることによってアダプテッド・スポーツやアダプテッド体

育を長期に渡り、継続することが可能になるのではないかと考える。

3つ目は、種目の選択である。特別支援学校で様々な種目を授業で取り上げているが、体育的行事に向けて行っている場合も多く、卒業後の生涯スポーツへの経験という意味では、授業を行う回数は少ない。学校で学んだサッカーやバスケットボール、水泳、ラグビー、ポッチャ、フライングディスクなども生涯スポーツとして取り組むことができる。

## V 総合考察

アダプテッド体育はまだ周知されているとはいえないが、特別支援学校（知的障害）高等部の体育の授業においては、障害の状態や学校の実情によって、様々な工夫や配慮をしながら実践していることが分かった。

特に、補助具の使用や小グループの編成、ルールの簡素化などの他に、場の安全確保、練習方法の工夫、時間の確保などを重要して実践していることが示唆された。

また、水泳や球技、陸上競技などでは運動経験の拡大や運動技能の獲得はむずかしい現状があるが、ラグビーやポッチャ、フライングディスクなど、生涯スポーツにつながる種目を取り入れることも行われていた。

特別支援学校（知的障害）高等部生徒の重度・重複化、多様化が進み、実態の幅が広がっているが、全ての教員がアダプテッド体育を知り、全ての生徒が体育の授業を通して運動の楽しさを知ってもらうために、生徒の実態に配慮し、工夫されたアダプテッド体育の実践が必要である。

## 文献

- 松坂晃・茂木武啓・吉野聡(2013)知的障害児の運動スキルに関する予備調査. 茨城大学教育実践研究茨城大学教育学部附属教育実践総合センター編, 32, 233-241.
- 文部科学省(2009)特別支援学校学習指導要領.
- 齊藤まゆみ(2014)特別支援学校の体育. 体育の科学, 64, 402-405.