付録２

プログラムを使う前に…

プログラム使用のコツ

※本指導プログラムは、

一人ひとりの実態把握に役立つ　**「アセスメント表」**、
指導段階を１つにまとめた　**「指導段階表」**、
実態に応じた指導のヒントとなる **「段階別指導方法」**、

の３つからできています。

うまく参考にすることで、授業作りのヒントになると思いますが、知的障害の子どもたちの体育指導は惑うことばかり…。

そこで、効果的な授業を行うためのヒントをこの冊子でちょっとだけお伝えします。

☆本冊子の構成☆

①教師の心がまえ

○基本は同じ
○遠慮せず、自信を持って
○必ず、子どもは変わる！

→くわしくは、２ページへ

②計画づくり

○ひとつずつ教える
○分かりやすい流れで！
○みんなで教える

→くわしくは、２ページへ

③言葉かけ

○分かりやすい言葉かけ
○意欲を高めるほめことば

→くわしくは、３ページへ

④分かりやすい教え方

○成功から学ぶ
○視覚的な手がかりを利用する

→くわしくは、４ページへ

⑤うまくいかないときに…

※いろいろなヒント集

→くわしくは、４ページへ

①教師の心がまえ

はじめて接するときには、なかなか理解しにくい知的障害の子どもたち。でも、ちょっとしたコツをつかむと、これまで接してきた子どもたちと同じことに気づきます。

○基本は同じ

知的障害の子どもたちは、力のアンバランスや変わったこだわり、気持ちの不安定さなど、いろいろな特性をもっています。

でも、障害のない子どもたちと同じように誉められれば意欲が増すし、成長の方向や指導の仕方も基本的には同じです。

不要なストレスを感じさせない、分かりやすい指導を工夫することが大切です。

○必ず、子どもは変わる！

知的障害の子どもたちは、不器用だったり、１つの動きを覚えるのに時間がかかったりします。

その原因の多くは、運動の量と質の問題です。一人ひとりにとって、分かりやすい指導と十分な運動量を保障することで､必ず力を伸ばします。

○遠慮せず、自信を持って

「子どもの気持ちを尊重する」ことは大切ですが、教師にとって一番大切なのは、子どもの力をしっかり伸ばすことです。

そのためには、良いことと悪いことを、はっきり伝えることが大切です。

子どものわがままに、必要以上につきあってしまわないように気をつけましょう。

②計画づくり

○ひとつずつ教える

････→ 投げる前の構え２ 手の位置 → 投げる前の構え３ 腰のひねり → **投げるときの 腕の振り** → 投げ終わりの 足の位置 →････

知的障害の子どもたちは、一度にたくさんの課題を与えられても、理解できません。一度に１つのことのみを教え、できるようになってから次の課題に挑戦させることをくり返すことで、全体の動きを理解させます（スモールステップでの学習）。できた体験やほめる回数が自然に増え、達成感や意欲の向上にもつながります。

○分かりやすい流れで！

自閉症の子どもたちはもちろん、そうでない子どもたちにとっても、分かりやすさは何よりも大事です。毎回できるだけ同じ学習の流れや場の設定にすることで、より少ない支援でも、見通しをもち、安心して学習することができるようになります。流れが変わるときには、視覚的に提示するなど、一人ひとりが分かりやすい工夫をしましょう。

○みんなで教える

授業前には、その時間で、何をどのように教えるか、目標と方法を明確に持つことが必要です。それに加え、複数による指導が基本の特別支援教育では、その目標と方法を指導者全員が共有することが大切です。毎回の授業前にメモや略案を使い、打ち合わせの時間を取りましょう。授業のイメージを共有することで、指導に一貫性が生まれます

③言葉かけ

○分かりやすい言葉かけと分かりにくい言葉かけ

「立ち歩きません」 「腕をしっかり伸ばします」	・具体的な言葉で	「マットに座ります」 「腕を壁ま[redacted]す」
「横を向いて、足を肩幅に開き、足先は平行にします」 「A君は向こうの壁から1mくらいの前に立って、B君は青い線の前に立って、二人でキャッチボールをします。」	・できるだけ短い言葉で （指示はできるだけ分解）	[redacted]
「友達と協力して運びます」 「指示にあわせて移動し、捕球します」	・分かりやすい言葉で	「A君[redacted]す」 「はい、[redacted]走って捕ります。」

○意欲を高めるほめことば

・小さなことでもしっかりほめる

「できる→ほめられる→うれしい→がんばる→できる→ほめられる→‥‥」のよい循環のなかで指導していくことが大事です。少しずつしかできるようにならない分、細かな成長を見逃さず、こまめにほめることでやる気を引き出しましょう。

「10cm伸びた！
やったね！」
「いいねぇ！
できてるよ！」

「よくがんばって
いるね」
「いいぞ、もう
ちょっとだ！」

・できないときには、頑張っていることをほめる

できないことは、誰にとってもつらいこと。細かな成長もうまく見いだせないときには、頑張っていることをほめましょう。

・きちんとできているときに言葉をかける

できていないときには、注意しかできません。当たり前に思えることでも、できているときに言葉をかければ、自然とほめ言葉が増えてきます。

「よく待て
てるね。」
「よく聞いて
たね。」

・言葉＋αでほめる

声の調子、表情、動作などの表現を工夫しましょう。
言葉だけよりも、子どもによく伝わります。

④分かりやすい教え方

○成功から学ぶ

知的障害の子どもたちは、失敗からよりよい方法を考えることが苦手です。
まず、たくさんの援助を与えることで、正しいやり方を身につけさせ、徐々にその援助をゆるめ、自分でできるようにさせる方法が有効です。

(1) しっかり末梢部に触れる援助 →

(2) 体幹部に近い部位を支える援助 →

(3) 軽く指先で触れる援助 →

(4) ギリギリ触れるかどうかの援助 →

(5) 言葉での援助 →

(6) 見守りの援助 →

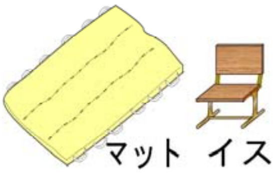
(7) 自立

○視覚的な手がかりを利用する

動きを指導する体育では、知的障害の子どもたちが理解しにくい、抽象的な言葉、程度を表す言葉、難しい言葉、長い言葉かけなどが多くなりがちです。
ちょっとした視覚的な手がかりを前もって用意することで、分かりやすい活動となります。

「足の向きを示す」

「待つ位置を示す」



「持つ位置を示す」

⑤うまくいかないときに…

それでもうまくいかないときには、こんなことにも気をつけてみましょう。

「日常では‥」
- 日頃からの子どもとの人間関係・信頼関係を大切に。
- 運動能力だけでなく、子どもの興味・関心や性格、困難なことを理解しよう。

「指導時には‥」
- どうしても課題ができないときには、もっと前の指導段階の復習をしよう。
- 運動感覚を忘れないよう、できるだけ間を空けずに練習しよう。
- 生理的な要因で運動を嫌がるときには、援助の仕方を工夫すること。
  心理的な要因の時には、たまには無理に頑張らせることも必要（後でしっかりほめること）。
- 一人ひとりの尊厳を大切にし、敬意を払い、誠実に子どもにかかわろう。
  表情や態度などのノンバーバルな表現が、良くも悪くも子どもによく伝わります。