独立行政法人
国立特別支援教育総合研究所
NISE National Institute of Special Needs Education

対象：通常の学級の担任

※最新版は、
https://www.nise.go.jp/nc/report_material/research_results_publications/leaf_series
から直接ダウンロードできます。

特別支援教育リーフ Vol.2

障害のある子供も共に楽しむ体育の授業

独立行政法人　国立特別支援教育総合研究所

運動が好きになる体育の授業づくりのヒント

障害のある子供は、通常の学級において皆と一緒に体育の授業に取り組むことが困難なことがあります。障害が起因となる様々な「バリア」を取り除くためには、体育をする子供に合わせた授業づくりが必要となりますが、そのためには「アダプテッド・スポーツ」の視点が有効となります。体育の授業において、既成の概念やルール、使用する道具を子供に合わせて柔軟に変更や修正をすることで、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の育成が期待できます。

◆障害のある子供にとって、既存のルールや道具のみを用いて行われる体育の授業では、様々な学習上の困難さが生じます。
◆障害のある子供が主体的に体育の授業に参加できるようになるためには、ルール等を子供側に合わせる「アダプテッド・スポーツ」の視点が有効です。

体育に積極的でないのは、運動が嫌いだから？

通常の学級における体育の授業で、障害のある子供が活動に参加できていなかったり、戸惑っていたりすることはありませんか？

体育は「同じ道具を使って」「みんな平等に」「共通のルールで」授業を行うことが多いと思います。しかし障害のある子供の中には、私たちがイメージすることのできない戸惑いや不安を感じていることがあります。例えば、ボールが怖かったり、友達と一緒に動くことが難しかったり、先生から示された内容が理解できなかったりと、他の子は分かっていたり、できたりすることが極端にできないことがあります。そのような子供に他の子と同じルールや道具を適用しても、子供の主体的に学習に取り組む態度を育てることは難しいでしょう。それどころか、運動やスポーツに対して苦手意識をもってしまう可能性もあります。

「アダプテッド・スポーツ」の視点による体育の授業づくり

運動が苦手な子供に配慮することや、誰もが楽しく参加できるようにルールを工夫することは、学習指導要領においても示されています。それでは、障害のある子供が主体的に参加でき、運動の楽しさに気付いたり運動への興味や関心を高めたりするためには、どのような工夫が必要となるでしょうか。ここで参考になるのが「アダプテッド・スポーツ」です。「アダプテッド」とは簡単に言うと、スポーツを「する人に合わせる」ということです。スポーツをする人がどのような特性にあるかを知り、その人がどうしたらスポーツや体育を楽しむことができるか、その方法が「アダプテッド」という言葉に含まれています。

実際に体育の授業で考えてみましょう。体育の授業の中で見られる障害のある子供の困りごとのバリアにはいろいろあると思いますが、ここでは「もの」「人」「ルール」の３つに分けて考えてみます。

① もの
体育で使う用具や授業環境が、障害のある子供にとって使いにくかったり、アクセスしにくかったりするようなことです。

② 人
友達とうまく教え合いや支え合いができなかったり、支援員や学習ボランティア、協力教員の配置ができなかったり、指導者間の連携がとれなかったりするようなことです。

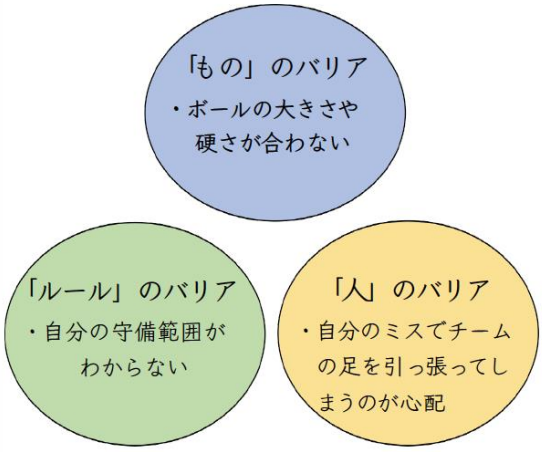
③ ルール
授業の中で、達成しなければならない課題や、守られなければならない指示などが分からなかったり、難しすぎたり（逆に簡単すぎたり）するようなことです。

バリアが何かが分かれば、それを変更したり、修正したり、何かを加えたり、減らしたりすることで解決できるかもしれません。それが「アダプテッド」です。下の図を参考にしてください。

ステップ１　こんな子いませんか？

・ボールを怖がってしまう
・ボールを打つことが難しい
・ミスをして友達に責められるのが嫌だからやりたくない

ステップ2　バリアは何？



ステップ３　アダプテッドのポイント

☆「もの」のアダプテッド

・ボールをレクリエーションバレーボール、風船、ビーチボールなどに変えてみよう。

☆「ルール」のアダプテッド

・個人のプレーするエリアを固定したり、　座ってプレーしたりするなど、動きやスペースを調整してみよう。
・ワンバウンドでもよいルールにして、少し余裕をもってボールへの対応ができるようにしてみよう。

☆「人」のアダプテッド

・サーブは 2 本まで打てるようにしたり、自分の好きなところから打てるようにしたりするなど、本人の技能に応じてできることを工夫してみよう。

その競技本来の面白さは残しつつ、思い切ってルールや活動方法を変更すると、新しい発見がある。

※「障害のある子どもがいる体育授業のためのガイドブック（筑波大学）」のものを一部改変して掲載

生涯にわたる豊かなスポーツライフを目指して

体育科・保健体育科は「生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成する」ことを目指します。第３期スポーツ基本計画でも「生涯にわたって運動・スポーツを継続したい子供の増加」を目標としています。子供は本来、体を動かすことが大好きです。既存の形や経験にとらわれず、目の前の「子供」に合わせて、ものやルール、方法を変更・修正・加減する「アダプテッド」の視点を体育の授業づくりに取り入れてみてはいかがですか？このように一緒に楽しく運動やスポーツをする経験は、すべての子供にとって、多様性に富んだ共生社会の形成に役立つことでしょう。

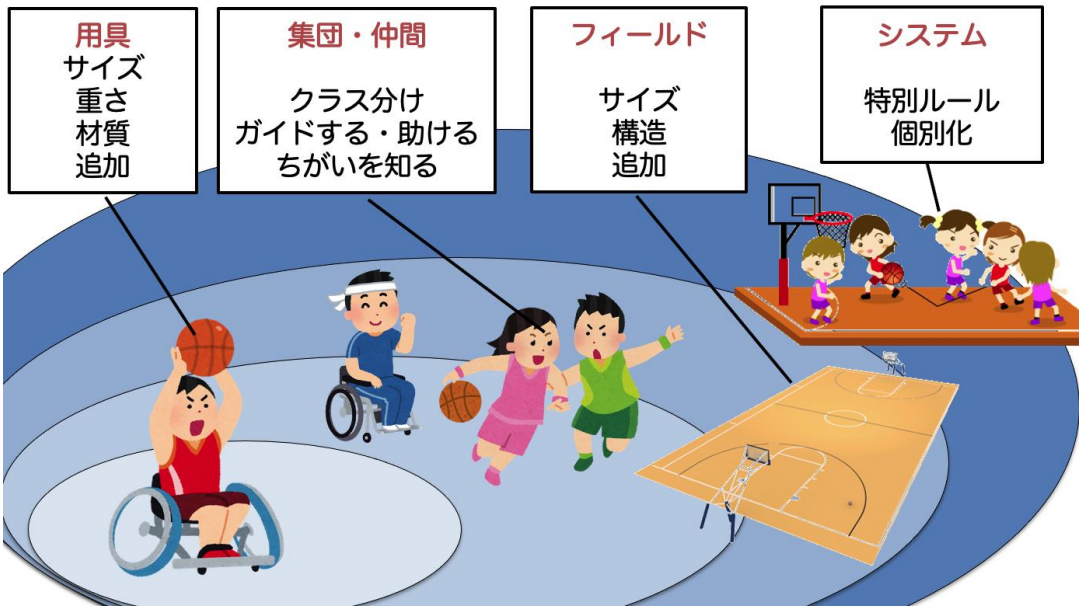
☆さらなる理解のために☆

〇子供の数だけあるアダプテッド

「アダプテッド」には明確な答えがある訳ではありません。子供の数だけアダプテッドもあるということになります。障害があるから「アダプテッド」するのではなく、スポーツや体育をする上でニーズがあるから「アダプテッド」するのです。

〇アダプテッドするためのヒント！

何を変更するのか、何を修正するのか、何を加えたり、減らしたりするとよいか迷ったら、以下の図を参考に、「アダプテッド」してみてください。



※「障害のある子どもがいる体育授業のためのガイドブック（筑波大学）」のものを一部改変して掲載

＜参考情報＞

〇筑波大学　障害のある子どもがいる体育授業のためのガイドブック，スポーツ庁委託事業令和３年度「障害者スポーツ推進プロジェクト（地域の課題に対応した障害者スポーツの実施環境の整備事業）」成果報告書別冊

〇アダプテッド定着プロジェクト　明日の体育で何をしよう？

〈参考文献〉

〇齊藤まゆみ（編著），教養としてのアダプテッド体育・スポーツ学，大修館書店，2018．

本号は、筑波大学体育系教授の齊藤まゆみ先生と一緒に作成しました。

独立行政法人
国立特別支援教育総合研究所
NISE National Institute of Special Needs Education

★ＮＩＳＥのホームページ
https://www.nise.go.jp/nc/

編集　情報・支援部
ＴＥＬ　046-839-6803（代表）
初版発行　令和４年８月