



運動・姿勢に関する工夫～補助具の活用～

生徒の書字姿勢を保つために～自作テーブルの取り付けによる上体の傾きの修正～

一般に文字を書くことを「書字」、文字を書くために必要な身体の動作を「書字動作」、「書字運動」、文字を書くために必要な姿勢を「書字姿勢」と表現します。「書字」は、書く場所の空間的な把握や文字の形状把握から「文字を書く」動きのイメージを、肩の回旋運動や肘の屈伸運動、手首関節の回旋運動で表現することであり、イメージ通りの上肢運動のためには「書字姿勢」を保つことが必要になります。（参考論文：「ゴニオメータによる書字動作の解析法」（大阪大学） 田口英郎・増田啓二・清水哲司・藤井党彦）

今回は、生徒の書字姿勢を保つための工夫を事例として紹介します。本校職員が補助テーブルを自作し、既存のテーブルに取り付けました。

鉛筆を持った左手に集中するあまり、体幹が右側に崩れやすく、授業後に疲れを訴えるAさん

既存のカットアウトテーブルだと、紙を支える側の右肘がはみ出し、体幹が右側に傾いてしまう。

肘を支えるものがあると良い



本校職員がトライウォール（3層強化ダンボール）で補助テーブルを自作して設置。



補助具を使用して初めてのAさんの感想



「プリントを書くとき、前よりも疲れにくくなった」



テーブルからはみ出した肘を補助テーブルで支える

Aさんが「疲れにくくなった」と感じたことで、ニーズと支援が合致した事例です。児童生徒がそれぞれ必要とする動作を習得するためには、「座位」、「立位」、「臥位」などの姿勢保持が重要なポイントとなってきます。本事例のように姿勢保持のための補助的手段の工夫や活用は、学習環境のバリアフリーであり、児童生徒の目標達成のための有効な手立てとなります。夏季休業が終わり、授業が再開するこの時期、複数の支援者の目で学習環境を確認、もう一工夫してはいかがでしょうか？

文責：佐藤篤（自立活動部主任）

実践紹介② 体育 ボッチャ (高等部 合わせた指導を主としたグループ)

・キーワード：ランプ（勾配具）

東京パラリンピックの競技種目にもなっているボッチャは、目標とする球（ジャックボール）にいか
に自分のボールを近づけられるかを競う競技です。高等部では、自分の力やランプという勾配具を使用
して投球したり、仲間と作戦を立てながらゲームを行ったりすることをねらいとしています。

何名かの生徒は自分でボールを投球するためにランプという勾配具を使用します。販売されているラン
プは長さや方向の調節が可能ですが、とても高価なものです。本校では雨どいや板、トライウォール等
で何通りかのランプを用意し、生徒の実態に合わせて使用できるようにしています。



市販されているランプ



きらり支援学校で製作したランプ

ランプを使用することで、姿勢を安定させての投球が可能となり、目標とする球への狙いが定めやす
くなります。また、遠くまで投球できるなど運動の楽しみが増し、意欲的に取り組むことが多くなりま
した。（文責：熊地勇太）

教育専門監のコーナー

「ラーニングピラミッド」による授業づくり

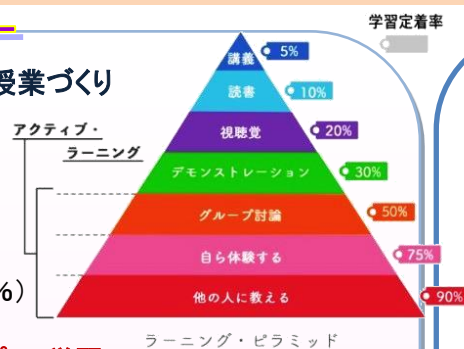
受動的な学び「インプット学習」

- 1 講義(5%)
- 2 教科書を読む(10%)
- 3 映像・音声のある学習(20%)
- 4 デモンストレーション(30%)

主体的・能動的な学び「アウトプット学習」

- 5 グループディスカッション(50%)
- 6 体験を通じた学習(75%)
- 7 他の人に教える(90%) ※数字は学習定着率

自分が理解してなければ人に教えることも話し合うこともでき
ません。確かな理解と主体的・能動的な学びを合わせるこ
とで、子ども達の学びは深まっていきます。学習内容、指導方法
に応じ、1～7の活動を組み合わせて授業を組み立てていくこ
とが大切です。



本校では、子ども達の「分かる」「できる」を
大切に、日々の学習活動を進めています。

“やってみないと分からない”、まずは生徒
が思い思いにボールに触れ、ボッチャを楽し
むことができるように、様々なランプ(投球補
助具)を準備し、学習を始めます。投球を繰
り返す中で、試行錯誤を重ね、生徒は自分
にできる投球と戦略に気付いていきます。さら
に自ら得た気づきを、チームの仲間と話し
合うことで、緻密な戦略とそれを可能にする
投球技術に気付いていきます。

“まずはやってみる”、生徒の一人一人の
理解を支える個に応じたランプ(投球補助
具)を使った高等部のボッチャの学習、まさ
に生徒の主体的・能動的な「アウトプット学
習」といえます。「分かる」「できる」から、さら
に繰り返し競技を行う中で、自分なりの「使
える」技術を磨き、身に付けていきます。

〈文責：二階堂 悟〉



◇教育相談・見学の希望があれば、いつでも御連絡ください。

教頭 伊藤 敏博 地域支援部主任 佐藤 忠浩

住所：〒010-1409 秋田市南ケ丘一丁目1番1号

E-mail：kirarisien@akita-pref.ed.jp

電話：018 (889) 8573 FAX：018 (889) 8575

「きらり Net」は本校ホームページから閲覧することができます。

<http://www.kagayaki.akita-pref.ed.jp/kirari/index.html>