

# 障害のある子どもへのスポーツ指導について

## ～放課後スポーツ教室の実施を通じて～

かがわ総合リハビリテーション福祉センター

体育指導員 岡崎 可奈子、藤尾 博子、瀬尾 久美子

キーワード：障害のある子ども スポーツ指導、生涯スポーツ

### 要 旨

地域の小中学校・特別支援学校に通う障害のある児童・生徒を対象に、生涯スポーツにつなげることを目的として「放課後スポーツ教室」を実施した。実施する種目は、①人数、②ゲーム形態、③道具の有無、④対象物の動きの4つの要素の組み合わせを考慮し、選択した。取り組みについてまとめた結果、障害のある子どもへのスポーツ指導において用具、ルール、指導方法の工夫、保護者の協力体制が重要であることを再認識することができた。

#### 1. はじめに

福祉センターでは、それぞれの年齢に応じたスポーツ教室を実施している（図1）。

その中でも「放課後スポーツ教室」は、自分に合うスポーツや運動を見つけ、得意分野を伸ばすことで、生涯スポーツにつなげることを目的として、地域の小中学校・特別支援学校に通う障害のある児童・生徒を対象に実施している。基礎体力づくりから様々なスポーツ種目まで、親子で一緒に取り組んでいる。

今回、今まで取り組んできたプログラムを通して、指導内容を整理し、実施結果をもとに考察する。

#### 2. 教室の実施内容

(1)対象：小学校5年生から中学校2年生とその保護者、計16組。内訳は、知的障害9名、身体障害1名、発達障害3名、知的・身体障害の重複3名。

(2)方法：平成25年4月～平成26年3月、計20回の教室を実施（3期に分け募集）。各期ごとに親子面接と振り返りを実施。体育指導員2名で指導計画を立て、指導内容を記録し振り返りを実施。

(3)種目の選択：①人数（個人、2人組、集団）、②ゲーム形態（的型、ネット型、野球型、ゴール型）、③道具の有無、④対象物の動き（平面、立体）の4つの要素を組み合わせたスポーツ種目を対象者の状況、目的、段階に応じて選択し実施。

(4)実施種目：サーキット、ボール運動、フライングディスク、風船バレー、卓球バレー、バドミントン、フットベースボール、新聞ホッケーの8種目。

(5)指導の順序：基本的な運動（個人スキル習得）→他者との連動（2人組、集団）→ゲーム（ルールの習得）という指導順序で実施。基本的な運動は毎時間、繰り返し行った。

	5歳～9歳	10歳～12歳	13歳～16歳	17歳～
運動目的	運動発達学習 (部分的な動き) 粗大運動域	運動動作の獲得 (部分的な動き) 粗大・微細運動域	各運動種目 (総合的な動き) 運動スキル獲得	地域社会で生活 (積極的な動き) 生涯スポーツ
センター 取り 組み での	親子水泳 (スキップ、 いるか教室)	放課後スポーツ教室		スポーツ体験会 (バスケットボール、サッカー、 陸上、フットベースボール) 卓球、バドミントン、 水泳、ポッチャ

図1 福祉センター スポーツの取り組み

### 3. 新聞ホッケー：取り組み

新聞ホッケーとは、通常のホッケーをベースに、指導員が新たに考案した種目である。要素で見ると、①集団、②ゴール型、③道具有、④ボールの動きは平面という要素の組み合わせた種目である。

#### (1)用具の工夫

##### ①対象者が作った新聞ボールを使用

既存のパックを使用するのではなく、対象者自身が自分たちで「作った」道具を使用することで、用具に対して興味・愛着を持ってもらうこと、やわらかくゆっくりと動くものにする（安全面の配慮）、遠くまで転がらず、かつ重くなくスティックで操作しやすくすること（操作性の向上）をねらいとした（図2）。

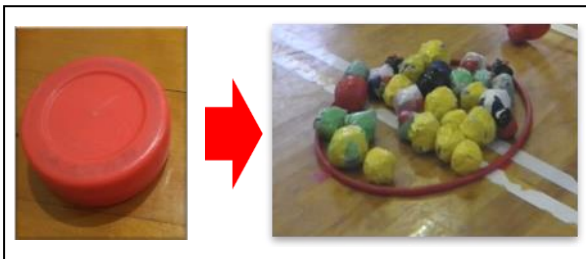


図2 パック（左）と新聞ボール（右）

##### ②攻撃(スティック)と守備(モップ)で道具をわける

攻守で用具をわけることで、自分の役割を明確にすること、硬いスティック同士をぶつけ合わないよう（安全面の配慮）をねらいとした（図3）。



図3 スティックとモップ

#### (2)ルールの工夫

##### ①攻守の分離

通常のホッケーはボールの動きにより、攻守の場面が激しく入れ替わるスポーツである。しかし本種目では、時間により攻守をわけ、攻撃チームは設定

時間いっぱい攻撃をし続ける、守備チームは守備をし続けるよう設定した。役割を明確化すること、同じ役割を一定時間繰り返すことにより動きを定着させることをねらいとした（図4）。



図4 攻撃：ボールをゴールへ運ぶ（左）

守備：モップでボールを押し出す（右）

##### ②複数のボールを使用

複数のボールを準備し、攻撃チームには設定時間内により多くのボールをゴールに運ぶことを繰り返すよう設定した。ボールを複数にすることで、同じ人ばかりがボールを運ぶのではなく、全員がボールに触る機会を与えられるようにすること（運動のレベル差への配慮）をねらいとした（図5）。

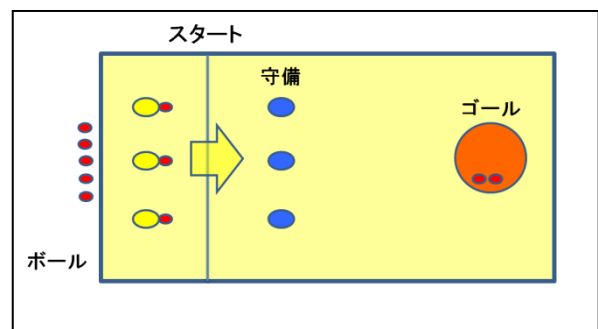


図5 試合図

##### (3)試合結果の提示方法の工夫

- ・ボールの数を提示

得点を数字で示すのではなく、ボールの数を対象者に見てもらおうよう設定した。他の種目を実施した際に、数字では勝敗が判断できなかった対象者がいたことを受けての工夫である。

### 4. 新聞ホッケー：結果と考察

#### (1)用具へ興味を持つ行動が見られた

活動時間内だけではなく、休憩時間にも自身の作成したボールを触って遊んだり、大切に家まで持って帰るなどの行動が子どもたちに見られた。

用具を対象者自身が作成することにより、用具へ興味が沸き、それが、その用具を使用する種目に対しての興味にも繋がり、参加への動機づけに繋がったのではないかと考える。

## (2)時間いっぱい活動が続けることができた

他の種目を実施した際には、途中で活動をやめてしまったり座ってしまう子どもが、今回の種目では諦めず何度もスタート地点に戻り、時間いっぱい続けて活動することができた。

知的に障害のある者の自主性、主体的取り組みは、その種目の内容が理解され、見通しがもてて初めて生まれるものであると言われている<sup>2)</sup>。今回のような主体的な行動が見られたのも、指導者に「やらされている」のではなく、対象者がルールや種目の内容を理解し、ゲームそのものを楽しむことができる「やりたい」と思える内容だったからであると考えられる。

## 5. 放課後スポーツ教室を通じての成果

### (1)子ども

- 運動の上手な対象者の動きを見て、チャレンジする姿が見られるようになった。
- 方法や順番を教えたり、リーダーとなり話し合う場面が見られるようになった。
- 自分の思い通りにいかない場面でも、気持ちを切り替えて、次の活動に進むことができるようになった。

以上のように、放課後スポーツ教室を通じて、子どもたちに主体性が現れたり、リーダーをする経験を通じて自信をつけたり、教室以外の日常生活にも変化が現れた対象者が多くいた。

### (2)保護者

- 子どもの変化や成長に、気づいてもらえるようになった。
- 教室や子ども達に対する理解が深まり、協力体制

が取れるようになった。

- 指導員と一緒にスポーツの楽しさや、方法を子どもへ伝えてもらえるようになった。
- 家でも、親子で一緒にスポーツに取り組むようになった対象者がいた (H26 年度より、バドミントン教室へ参加)。

以上のように、教室への保護者の協力体制が現れるようになり、子どもに対する気付きが増え、親子関係に変化が見られた。

## 6. おわりに

本教室の取り組みや指導内容を整理したことで、障がいのある子どもへスポーツ指導を行う際には、用具、ルール、指導方法の工夫、そして保護者の協力体制が重要であることを再認識した。

今後も、子どもたちの自発的な行動を引き出せるような指導内容を検討していきたい。

## 【参考文献】

- 1) (財) 障害者スポーツ協会：障害者スポーツ指導教本、きょうせい、2 版、東京、41 頁、2009
- 2) 串間範一：知的障害者の高齢者アダプテッド・スポーツ (アダプテッド・スポーツの科学)、市村出版、初版、164-166、東京、2004
- 3) 安井友康：知的障害者の身体運動の意義 (アダプテッド・スポーツの科学)、市村出版、初版、161-162、東京、2004