



視覚障害がある児童生徒の多くは、運動することに苦手意識をもっています。一因として、通常は見て模倣して覚えることができる型の決まったフォームや動作の習得も、見えにくさから時間がかかったり、体の動きにぎこちなさがあったりすることなどがあげられます。児童生徒が体育の授業を通して、身体の動きを習得したり、体力の向上を図ったりするためには、生徒が体を動かす楽しさや心地よさを味わい、成功体験を重ねることが大切です。そこで、本校中学部の授業実践事例から、弱視生徒への指導のポイントについていくつかご紹介します。

【フライングディスク】

〈鈴の音でゴール通過が分かるアキュラシーゴールの作製と活用〉

フライングディスクアキュラシーでは、円形のゴールにディスクを通過させると得点となります。しかし、5mの距離から投げるため、見えにくさからディスクがゴールを通過したのか、していないのかが分からないという場面を目にします。そのため、鈴の音でゴール通過が分かるアキュラシーゴールを作製し、活用しました。また、ディスクがゴールのどのあたりを通過したかが分かるように記録を取ることで、自ら投げ方を考えて改善していく姿が見られました。

〈室内用壁掛けフラフープゴール〉



〈記録用紙〉

本番①	本番②	9月10日
		大会目標
		本
4 本	8 本	

ここがポイント！

- 1 ディスクの持ち方や投げ方など基本動作の習得に時間をかける。
- 2 最初は、風の影響を受けない体育館で実施する。
- 3 1mの短い距離から徐々に投げる距離を伸ばしていく。
- 4 記録用紙を活用することで、自分の傾向を把握できるようにする。
- 5 練習の繰り返しでフォームを安定させる。

記録が伸びると、生徒が楽しさを感じて自分から積極的に練習に取り組むようになります。鈴の音が鳴ることで、ゴール通過が分かるように環境を整えることで、一人でも練習が進み技術向上につながりました。

【シンクロマット】

〈曲をきっかけにした動きと ICT 機器を活用した振り返り〉

マット運動は個人で発表することが多く、個々の動きに注目されがちのため、苦手意識のある生徒が多い種目です。ダンスも同様で、好き嫌いが大きく分かります。そこで、「マット運動」と「ダンス」「組み体操」の動きを取り入れた「シンクロマット」を取り入れました。見えにくさがあっても、曲調やリズムの変化をきっかけとして、友達と一緒にマット運動の簡単な動きを合わせたり、リズムカルなダンスを合わせたりすることで楽しみながら達成感を味わうことができ、発表に向けての意欲が高まりました。

〈マット運動における段階的な指導〉



〈ICT 機器の活用〉



〈協力して行う組み体操〉



〈話し合いの場の設定〉



ここがポイント！

- 1 基本的な技や動きの繰り返しや段階的な指導を行う。
- 2 体の動きについて振り返るために ICT 機器を活用する。
- 3 曲選びや演技構成を行う話し合いの場を設定する。
- 4 組み体操など協力して行う演技を取り入れる。
- 5 がんばりが伝わり、達成感を得られるような発表の場を設ける。

シンクロマットを通して生徒同士の関わりが増え、体育の時間を楽しんでいる様子が見られました。意欲的で主体的な活動となりました。