

2 研究テーマと取組内容

(1) 研究テーマ(平成19・20年度)

個に応じた自立活動とは

心身の調和的発達の基盤を培うことをねらいとした自立活動は、一人一人の障害の状態が極めて多様な重心教育部の児童生徒にとって、内容的にも時間的にもその意義や比重は大きい。

本校では、自立活動の時間は年間を通して午前の活動として帯状に位置づけ、年度当初に立てた個別の指導計画に基づいて取り組んでいる。しかしながら、自立活動のほとんどが個別の活動であることから、指導者同士で指導の実際を共有する機会が少なく、活動は見えてもねらいが見えにくいという側面があった。また、障害の重度・重複化が進む中で、児童生徒全員が医療的ケアを必要とし、その占める割合が年々大きくなっている。その結果、自立活動の内容の精選とねらいの明確化、そしていかに個々の実態に応じたものになっているかがさらに重要となってきた。

そこで、平成19年度は学習指導要領の自立活動の5つの区分に沿って、指導のねらいや活動内容を整理するとともに、我々指導者は児童生徒に何を願って日々実践しているのかを見つめ直した。そして、同テーマでの2年目は、その日々の自立活動を支えまた、より有効に持っている力を引き出す手立てとなる教材・教具に焦点をあてた。超重症児にあたる児童・生徒の割合が増える中、つけたい力を引き出すには姿勢保持具をはじめとするさまざまな個に応じた教材・教具の準備が必要になっている。そこで、まずは重度心身障害児の教育における教材・教具の選択、あるいは作成時の視点や留意点を他校の資料に学ぶなどして整理しなおし、そのことを踏まえて作成した。併せて、取り組み方、成果と課題なども記入した「教材カード」も作り教育部全体で交流した。

(2) 重心教育部での研修、研究会

本研究テーマに基づく研究会の他には、医療的ケアに関する研修や、医師や理学療法士などによる専門的な内容の研修も設定し学んだ。また、個人が校外で受けた研修について伝達講習を行ったり、体調の異変など緊急時の対応についての研修など行ったりした。

年 月	研修内容	年 月	研修内容
H20年4月	医療的ケア(校内:吸痰実技指導) 医療的ケア(病棟:吸痰実技指導)	H20年7月	医療専門職派遣事業 理学療法士による講義と実習(呼吸介助と排痰)
5月	研修報告会 (第8回筑波大学特別支援教育セミナー)	9月	医療的ケア実施特別について伝達報告 教育部研まとめについて提案・協議
6月	緊急体制実習 (教室内での心肺停止時の対応) 緊急体制実習 (プール指導時の心肺停止時の対応) 今年度重心教育部研究テーマの提案協議 研修報告会 (向日が丘養護学校実践報告会)	11月	研究授業 事前研究会 研究授業公開 事後研究会 医療専門職派遣事業 医師による講義 (感染症)
		H21年1月	研究のまとめ 医療職派遣事業 作業療法士による講義(会話補助装置を使った事例)
		2月	医療職派遣事業 病棟師長による講義 医療職派遣事業 医師による講義

(3) 19年度の取組

研究テーマ

「個に応じた自立活動とは」～個に応じたねらいを設定した一連の取組

ア 個別の「自立活動表」の作成

内容及び題材を取り組む順に並べ、一つ一つのねらいや配慮点を個に応じて具体的に記入した。また、その取組を学習指導要領にある内容の区分に照らし合わせ、当てはまるものに印を付けて分析した。特に重点的なものには◎を付けた。作成に当たっては、一連の取組みとして適切な流れであるか、区分のバランスはどうか配慮した。

以下は、記入の仕方と作成した表の全体を示している。

「個別の自立活動表」の記入の仕方

取り組む
順に記入

公開授業レポート（個別の自立活動表） 小学部1年 ○○さんの自立活動 担当()

内容及び題材	具体的な取組、配慮点	ねらい	区分				
			①	②	③	④	⑤
<p>1. 関わりの受け止め 「先生とお話しよう」 *軽くストレッチ (10分)</p>	<p>・言葉での働きかけで表情、発声、動作での表現を引き出す。(対話をすすめる) ・身体をこらいて軽く全身をまぐす。 ・歌をきく(秋の歌) *本人の呼吸に合わせて受け答えをしていく。発声があった時にしっかりと応える。</p>	<p>・不安感、心理的緊張をとりのぞき、リラックスして始められるようにする。 ・声かけへの返事のような発声があるので、声を出し合ってコミュニケーションが取れるようにしたい。(応える人がいることの気付き)</p>	○				◎
<p>朝の会として(歌、呼名、元気体操) 2. 元気体操 「たくさん息を吸い込んで、体ゆるゆる」 (12分)</p>	<p>・『元気体操』に合わせて体の各部位にふれ、丁寧にまぐして緊張を取っていく。 *息を合わせて呼吸介助したり、拘縮している肩、肘膝などをしっかりと包み込み温める。</p>	<p>・各部に軽く手を当て筋肉の弛緩をめざすことにより、呼吸が楽にできたり、身体を楽に動かせるようにしたりする。変形拘縮予防。リラクゼーション。</p>	◎	○		○	
<p>3. 関節の運動 「うごいて、うごいて」 (5分) <small>(次へ)</small></p>	<p>・肩関節をまぐす * 側臥で過ごす時間がほとんどなので、胸部が凸になり肩から肋骨にかけてが内側に入ってきている。 ・股関節の左右上下の動き</p>	<p>・仰向けで活動する時間を日常的にとり、拘縮の進行を防ぐ。 ・股関節を和らげることにより、肋骨・胸部に運動し、呼吸が楽にする。</p>	○			◎	

実態に合わせて
具体的に

担任の願いも含めて具体的に

自立活動の区分
① 健康の保持
② 心理的な安定
③ 環境把握
④ 身体的な動き
⑤ コミュニケーション

公開授業レポート(個別の自立活動表)

小学部 4年 Aさんの自立活動

内容及び題材	具体的な取組、配慮点	ねらい	区分				
			①	②	③	④	⑤
1. 骨盤の運動 「体操を始めるよ」	<p><骨盤の回旋運動>仰臥位で骨盤両上部を包み込むようにして支持し、声をかけながら、ゆっくり回したり上下に動かしたりする。</p>	<p>これから体を動かすにあたり、リラックスした状態をつくる。</p> <p>骨盤のゆがみを改善し、腰回りの柔軟性を保ち、支座位がとりにやすいようにする。</p>	○	○			○
2. 下半身の運動 「足をほぐして」	<p><股関節の外旋・外転>両脚全体をやさしくもみほぐしておく。右股関節(脱臼している)の外旋運動は、股関節と膝関節を90度に屈曲して行う。その後、外旋した状態でゆっくりと脚を伸ばしていく。</p> <p><足首の反らし>突っ張った足首を無理せずゆっくり押し上げ、徐々にゆるめる。</p>	<p>麻痺のある左側をマッサージして刺激する。</p> <p>現在の可動域を維持し、おむつ交換や座位姿勢を楽に行えるようにする。</p> <p>膝の曲げ伸ばしの感覚を体験させる。</p> <p>足首が突っ張った状態を改善する。</p>	○		○	◎	
3. 上半身の運動 「のびのび、ゆるゆる」	<p><両側臥位での体側伸ばし及び体幹ひねり>右凸側彎、左上下肢麻痺のため、左側を意識して伸ばす。左の体側を伸ばす際には、右側臥位で十分体側伸ばしをした後、クッションを床にはさんで行うとさらに伸ばすことができる。</p> <p>過剰な負荷が骨や関節にかからないように注意して行う。(表情の変化や右手で腰をたたくサイン)</p> <p><肩の開き動作>側臥位で肩から肩胛骨を包むようにして持ち、ゆっくり回す。</p>	<p>身体の変形(側彎と左上下肢麻痺のため、姿勢が左側に傾きがちである)の進行を遅延する。</p> <p>腰や体幹の動きが出やすいようにする。</p>  <p>指吸いや寝返りをするとき肩によい力が入るので、肩を緩めてリラックスさせる。</p>	○		○	◎	
4. 左手首の伸展 「わたしの左手」 	<p>仰臥位で肘を曲げ、手首のねじれを緩める。子どもの手のひらに指導者の手を合わせ、手首をまっすぐの状態に緩めていく。無理な力をかけない。緩んできたら指もできるだけ伸ばす。</p>	<p>左手首の拘縮を遅延し、柔軟さを保つ。</p> <p>麻痺のある左手・左腕を刺激し、意識を向け、少しずつ動かせるようにする。</p>			◎	○	
5. 呼吸機能の向上と排痰 「呼吸を楽に」 	<p><胸部を開く→腹臥位>指導者の大腿部の上で仰臥位をとらせ、背伸びをさせるようにして胸部を開く。</p> <p>指導者の大腿部でよつばいの姿勢をとらせ、背中をやさしくタッピングして排痰を促す。体位変換時は、胃ろう部・気管切開部に注意する。</p>	<p>背中を丸めた姿勢が多いので、背中を反らして胸を開き、深く呼吸しやすいようにする。</p> <p>痰や唾液が出しやすいようにする。</p> <p>首や背中の筋肉を使って、頭を上げるようにする。</p>	◎		○		
6. 身体機能の向上 「いろんな姿勢にチャレンジ!」	<p><SRC ウォーカー>両足底を床につける。</p> <p><ささえっこ>上体を支える。座位姿勢を保ち、右手首の活動を増やす。気管切開部に注意する。</p>	<p>足で踏みしめる感覚をつかませる。頭を上げて周囲を見ることで、頸や背中の筋肉を鍛える。</p> <p>上体を保った座位姿勢で、自分で頭をコントロールできるようにする。机を支えにして右手の操作性を高める。</p>			◎		○

<区分> ①健康の保持 ②心理的な安定 ③環境の把握 ④身体の動き ⑤コミュニケーション

イ 区分ごとに見た実践例

同じ区分を当てはめていても、児童生徒の障害や好きなことにより、その取り組みは多様である。以下に区分②と④に当てはめた取組を紹介する。

区分②「心理的な安定」に当てはめた取組

その1 「手足の洗浄と温浴」(はじまるよ！)

実態： 高2男子

随意的な運動も一部可能だが、筋緊張が強く手足先が冷えやすい。

40度くらいの湯にボディソープを少量混ぜ、洗浄と温浴を行う。ふき取った後はワセリンでマッサージと肌のケアをする。



力が抜けてゆったりするね

その2 「元気体操」(やさしくタッチ)

実態： 小1女子

低緊張で、腕や足が活発に動くが、触れられることで自分の体の部位に気持ちを向けたり、心地よく受け止めたりできる。

『からださん元気ですか体操』(村林雅子氏による)に合わせてやさしく体に触れていく。



「腰腰さん」は元気ですか？

その3 「歌いかけ」(気持ちをゆっくり高めよう)

実態： 小3女子

病棟内授業を基本としている。はたらきかけに対して瞬きや瞳の動きで応えることがある。

一日の流れを感じられるように、歌を決めて歌っている。ギターやキーボードなど楽器を使うこともある。

気持ちよさそうにきいているね



区分④「身体的な動き」に当てはめた取組

その1 「支座位での前屈」(友達にタッチできるかな?)

実態:小4 男子

支えを入れると短時間座位がとれる。首はすわっている。自分で手を合わせて叩くことができるようになった。

足裏を合わせたあぐら座りで、後ろから支持する。手を前に出して背中をゆっくり押し、前屈を促す。自ら起き上がろうとするのを待ちながら補助する。



- ①前の友達にタッチしよう ②自力で起き上がろう
③ひとりで座れたよ ④安定した姿勢で朝の会へ

その2 「腰の体操」(おしりふりふり体操)

実態:小4 男子

語りかけたり、歌いかけたりすると、笑ったり発声したりする。楽しい声かけをしながら側弯防止で体操を入れている。

骨盤上部の端を両手の平で包むように持ち、動く範囲で回したり左右にひねったりする。



その3 「足のマッサージ、ストレッチ」

実態:高3 女子

人工呼吸器を装着している。腰が少し曲げられるが膝は曲げにくい。ベッドで座位の姿勢が取れるように取り組んでいる。

膝を曲げるためにはお皿が動く必要があるのでお皿を左右上下に動かす。膝の下にクッションを入れ、膝を曲げた状態にする。



(4) 19年度のまとめ

ア 自立活動を見直すきっかけに(事前研より)

今回は、実際に「自立活動表」を作成する前に自立活動の区分を学びなおし、その意味を学習した。また、他校の研究に学ぶなどして自立活動の幅広さを認識した。ともすれば、どのような取組であっても健康や感覚・知覚の向上、認知などのねらいをたてれば自立活動として位置づけられるということになる。しかし、取組だけが引き継がれ、何をねらいとしてどこに重点をおいて取り組むのかということ、指導者集団がいつも意識していないとそれは実態に合った取組とは言えなくなるのではないかと。指導者が大きく入れ替わっている今、改めて自立活動について抑えなおす必要があり、今回その取組をすることで、どんな力をつけたいかを一つ一つ確認できたように思う。

イ 授業研にて

3教育部合わせての全校研究授業を秋に行い、授業後に合同事後研をもった。授業では自立活動表を綴ったものを指導案として見てもらいながら、個別の活動を行った。

<事後研で出た意見>

- ・ 単元設定の理由「今やっていることがどうなのか」「何のためにやっているのか」という視点は重要だと思う。
- ・ 同じことを1年間継続しての教育的効果はどうだったのか知りたい。
- ・ 授業を見て「コミュニケーション」は「心理的な安定」に大きく関わっていると思えた。
- ・ 教員の入れ替わりを考慮に入れて研修を積んでいく視点は大切である。何のために取り組むのかという基本のおさえ直しは通学高等部でも大切にしたい。個人の実態把握、「心理的な安定」のための取組の必要性も同じ。
- ・ 毎日の取組の積み重ねで「出来るようになった」という事実はずばらしい。そこへのアプローチのきっかけを知りたい。
- ・ もっとよい取組は？という視点で改善して行ってほしい。



ウ 課題

成果としては前述の通りであるが、このことが今年度の取組で途切れてしまわないよう、今後に生かしていかなければならない。事後研で意見をもらったように、その取組の成果はどうだったのか、改善点はないのかという視点も必要であるし、今回作成した表を指導する上での詳しい資料として活用していくなどの課題もある。障害が重度化する中で成果が見えにくいことも多いが、ねらいを集团的に明らかにしながら、共通理解のもと子どもたちの力を引き出していきたい。