

令和 7 年度全国病弱虚弱特別支援学校長研究協議会

本校中学部における「保健体育科」の取組

令和 7 年 6 月 2 7 日（金）

青森県立青森若葉養護学校 蝦 名 文 博

本日の話題

- 1 青森県立青森若葉養護学校について
- 2 本校中学部における
保健体育科の指導について

視覚障害：2校
聴覚障害：3校
知的：7校（高等支援2校）
肢体不自由：3校
知肢併置：4校（高等支援1校）
病弱：2校

(2) 青森市内の特別支援学校

- 1 県立盲学校 (視覚)
- 2 青森聾学校 (聴覚)
- 3 青森第一養護学校 (肢体)
- 4 青森第二養護学校 (知的)
- 5 青森第一高等養護学校 (知的・肢体)
- 6 青森第二高等養護学校 (知的)
- 7 青森若葉養護学校 (病弱) ※青森県立中央病院に隣接
- 8 浪岡養護学校 (病弱) ※国立病院機構 青森病院 に隣接

(3) 本校の対象児童生徒について

- 青森県立中央病院に入院している児童生徒
(院内またはベッドサイド)
- 医療機関で継続して治療を受けている児童生徒
(家庭から通学)

※現在の関係医療機関 7病院

それぞれの病院と年3回の支援連携会議を実施

(4) 令和7年度の在籍状況 (R7.5.31現在)

小学部	5名	
中学部	11名	
高等部	9名	<u>計25名</u>

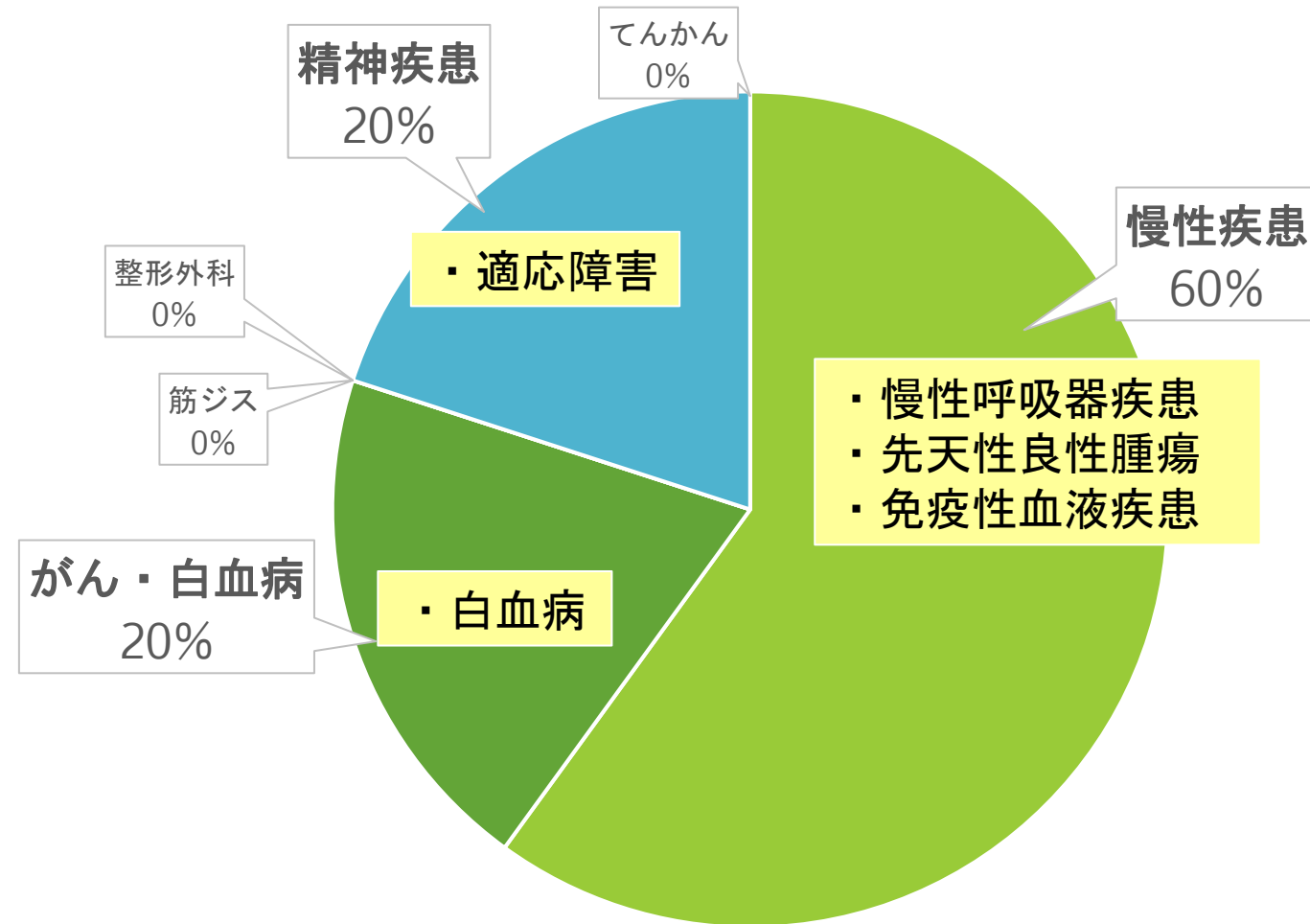
※今年度は入院生 0名(全て自宅通学生)

訪問学級対象の児童生徒 0名

社交不安の傾向が強く見られる生徒に対して、オンラインでの授業も行っている。

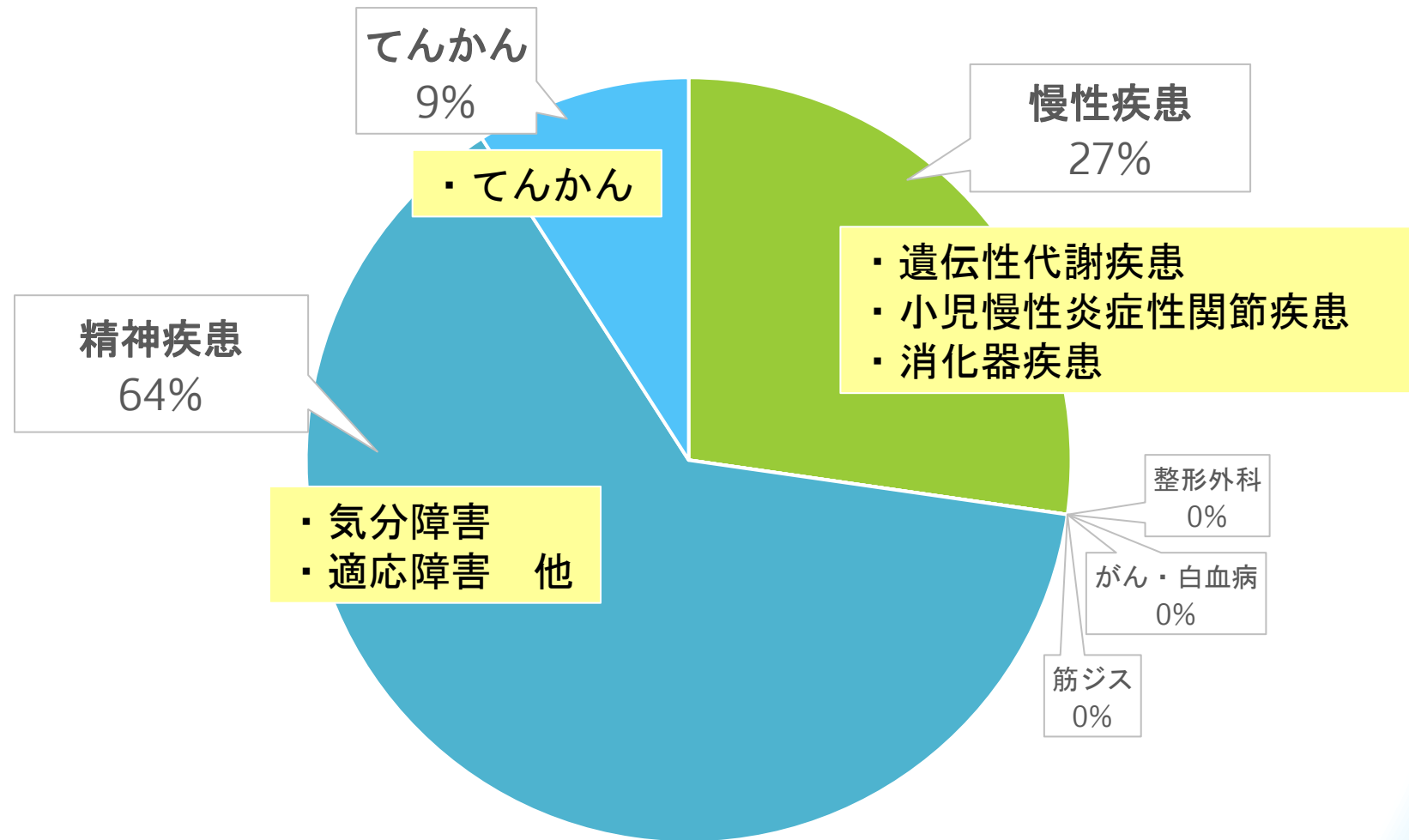
(5) 児童生徒の疾患の状況

小学部



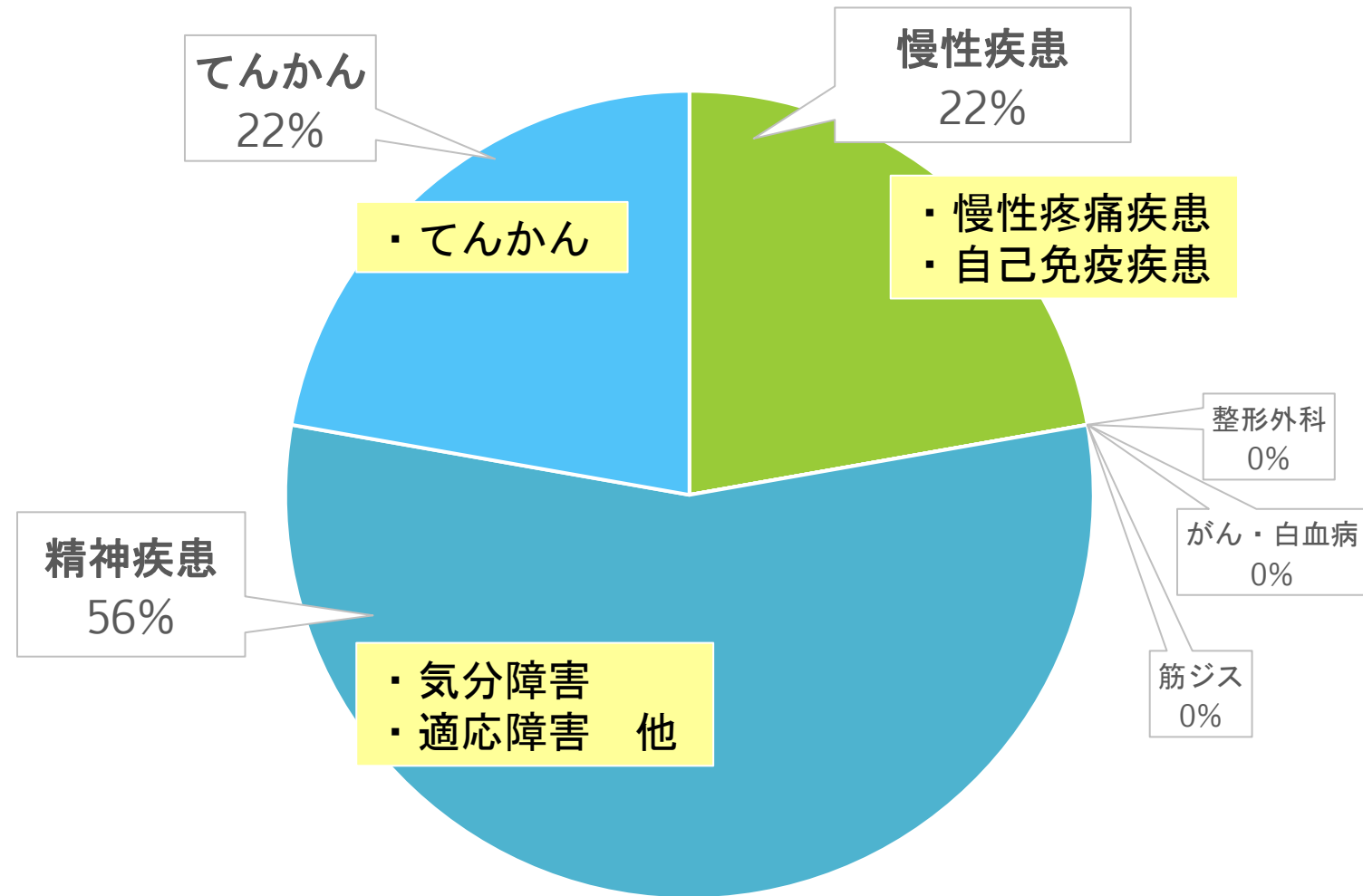
(5) 児童生徒の疾患の状況

中学部



(5) 児童生徒の疾患の状況

高等部



<体育の「見方・考え方」>

運動やスポーツを、
その価値や特性に着目して、
楽しさや喜びとともに体力の向上の果たす役割の視点から捉え、
自己の適性等に応じた「する・みる・支える・知る」の多様な
関わり方と関連付けること

(中学校学習指導要領解説 保健体育編)

<本校生徒の実態>

- 継続治療が必要な内部疾患のある生徒
→ 幼少期からの遊びを通した運動経験の不足、
入院による学習空白
- 精神疾患の診断を受けて小学部高学年または中学部入学段階から本校に転入した生徒（半数以上）
→ 不登校による学習空白、
失敗経験によるトラウマ、
運動の楽しさを感じる経験の不足

<本校生徒の実態>

身体面：身体イメージの弱さ、身体操作の理解不足

- 柔軟性の乏しさ
- 姿勢の悪さ
- 動きのぎこちなさ

<本校生徒の実態>

精神面：苦手意識、失敗への防衛意識

- 運動することの苦手意識
- 集団で学習することの苦手意識
- 失敗に対する強い抵抗感

<本校生徒に体育の見方・考え方を身に付けるために…>

①運動やスポーツの特性や価値に着目するためには

- ・ 自己を肯定的に捉える気持ち
- ・ 運動の楽しさや心地よさを実感する経験

<本校生徒に体育の見方・考え方を身に付けるために…>

②体力の向上に果たす役割を理解するためには

- 運動を肯定的に捉える気持ち
(運動が自分にとって価値あるものだという気持ち)
- 多様な関わりをもとうとする気持ち

<本校生徒に体育の見方・考え方を身に付けるために…>

体づくり運動

「体を動かす楽しさや心地良さを味わうとともに、
健康や体力の状況に応じて体力を高める必要性を認識し、
学校の教育活動全体や実生活で生かすことができる」

(中学校学習指導要領)

<体づくり運動>

①単元を設定しての指導

- a 体ほぐし運動
- b 体の動きを高める運動
- c 実生活に生かす運動の計画

「見方・考え方を働かせる場面」

を組み合わせせて計 10 時間

<体づくり運動> ①単元を設定しての指導

a 「体ほぐしの運動」

体を動かす楽しさや心地よさを味わい、
心と体の関係に気づき、
仲間と積極的にかかわる。

【具体的には】

発達動作(基本動作)、いろいろな走り方、ストレッチ 等

<体づくり運動> ①単元を設定しての指導

b 「体の動きを高める運動」

ねらいに応じた動きを持続する能力を高めるための運動を行い、

それらを効率よく組み合わせて取り組む。

【具体的には】

体幹運動、人や物に合わせる動き、

<体づくり運動> ①単元を設定しての指導

c 「見方・考え方を働かせる場面」

- 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝える。
- 自己の心と体の状態を把握し、体を動かす楽しさや心地よさを求めて自ら進んで体を動かそうとしたり、自己の課題の解決に取り組んだりする。

【具体的には…】

振り返り「する、みる、支える、知る」多様な関わりでの振り返り
楽しさや満足感、達成感、連帯感を自覚できる言葉かけ
個々が力を発揮できる役割の設定

「体づくり運動」単元の指導計画

		1	2	③	4	5	⑥	7	8	9	10
学 習 の 流 れ	0	めあての確認									
	10	オリ エン テー シ ョ ン	ウォーミングアップ					話し合い活動			
	20		体 ほ ぐ し の 運 動	ストレッチポール・いろいろな走り方	発達動作・自分の動き①	発達動作・自分の動き②	仲間と協働した運動	多様な動き・人や物に合わせる動き	ウォーミングアップ		
	30								縄跳び	縄跳び 個別練習	
	40									縄跳び 全体練習	
	50	振り返り（気づきの共有）									

※③と⑥は外部専門家を招聘した授業

- ※
- 体ほぐし運動
 - 体の動きを高める運動
 - 見方・考え方を働かせる場面

<体づくり運動>

②学習効果を上げるための工夫・配慮

- 外部専門家の活用（※1）

- 多様な関わり（する、みる、支える、知る）での振り返り（※2）

- 集団活動中での個別性への配慮

 - （はじめは全員で同じ内容、段階的に一人一人が内容を選択）

- 1 単位時間の活動への見通し・単元の活動への見通し

- 単元終了後も通年で「体づくり運動」の時間を設定

<体づくり運動> ②学習効果を上げるための工夫・配慮

※1 外部専門家の活用

講師 川戸 元貴 氏

(一般社団法人BLUE tise impression 代表理事)

- 男子新体操ジュニアクラブの立ち上げ
- 地域に根ざした活動
幼児体育巡回指導、講演、イベント企画制作 等
- 「コーディネーショントレーニング」の高い専門性
あらゆるスポーツ競技に適應できる動きのきっかけ作り、
純粹に運動を楽しみ健康になってもらうための指導方法

<体づくり運動> ②学習効果を上げるための工夫・配慮

※1 外部専門家の活用

外部専門家とのチーム・ティーチング

- 授業前には、本校中学部生徒の実態や指導目標や指導内容等の共有
- 役割分担
 - 川戸氏：「自ら進んで体を動かす＝学びに向かう力」を引き出す役割を依頼し、
楽しく体を動かす経験を積み重ねることで、「ねらいに応じた運動
ができる＝知識・技能」の向上に関する指導
 - 本校教諭：主に「思考力・判断力・表現力等」に関わる指導
- 挑戦したこと、工夫したことへの称賛機会を増やすことを共通理解



「アダプベース」

不安定な地面で動作することで足底感覚を刺激し、足底部や体幹部の機能を高めることができる器具。砂や芝の上で遊ぶ感覚を屋内で、衛生的かつ安全に実施できる。





身近なものを使った運動

パイプ椅子や長縄等を用いて柔軟性や調整力を高めるためのアイデアを提供していただいた



「長縄跳び」

難易度を段階的に設定。初めは全員で同じ内容を行い、段階的に一人一人が内容を選択するようにした。



<体づくり運動> ②学習効果を上げるための工夫・配慮

※2 多様な関わりでの振り返り

めあて ジャンプグループ成功のために
自分のできることをかきこる。

視点 (目標)

A ひまからなら

B 長なめ、短なめからならいかに

C 長なめ、サドルダッチ

D サドルダッチ合組にき入りか

E 長なめ

F 2重とび

知る (工夫はここ、成功はここ)
しるじ太くしたらいかに
短なめから、いくと、でかく入る。

する そとで練習したい。

A 7月までたてた
短なめから、サドルダッチ
短なめから、サドルダッチ
短なめから、サドルダッチ

みる 変える

<体づくり運動>

③成果

- ・ 体育が苦手と言っていた生徒が、体育を楽しみに学校に来る
- ・ 運動に消極的だった生徒が自分からアドバイスを求める
- ・ 「私、こういうの苦手なんです」と言いながらも最後まで取り組み



◎自分なりの関わり方でスポーツに向き合うきっかけとなった

◎青森県特別支援学校総合スポーツ大会への参加意欲がアップ



御清聴ありがとうございました