

小学校1学年における「気になる児童」に対する運動遊びプログラムの実践 —行動調整能力の獲得を目指して—

肥野 沙也加（台東区立金竜小学校）

1. 研究の目的

（1）背景

近年、学校現場での発達障害に対する認知が広まってきている。しかし、通常の学級での特別支援を要する児童への支援に関しては、特別支援学級や通級指導教室に比べ未だ実施しにくい状況が多く、支援は十分ではない。また、野澤・吉岡（2010）が指摘しているように、医師による発達障害等の診断がなされていなくても「一斉指導での行動になじまない」「指導者の意図が伝わりにくい」「他者との友人関係の形成・維持がしにくい」等の困難を持つ「気になる」児童はクラスに数名は見られ、児童個々の発達の状況に応じた支援を同時に行うことは、担任にとって容易ではない。

七木田（2012）は、「不注意」または「多動性－衝動性」などを示したり、「対人関係やこだわり」などの面で著しい困難を示したり、学習面で著しい困難を示したりする子供は、運動面での困難「不器用さ」も併せもっている場合が多いと指摘している。さらに運動面での課題がある子供は、低い自尊感情、行動問題、周囲からの孤立など集団適応の問題を生じる可能性が大きいことも指摘している。これらの問題は、高学年に上がるにつれて深刻化していく現状がある。したがって、運動面での支援を通して、行動調整能力を獲得させることによって、行動問題の改善や自尊感情の向上につながるものが考えられるのではないだろうか。

行動調整能力とは、言語の行動調整機能に対応する内的な能力で、自らの行動を合目的に企画し、当初の目的から逸脱しないよう自らの行動を批判的に監視し統制していく自己制御能力のことである。パークラ（2003）によれば、一般的に ADHD と診断される児童は、自己制御の問題を抱えていると言われており、自分の行動を計画・組織化すること、自分の注意や覚醒や活動を周りから求められる適切なレベルに調整していくこと、刺激に対する衝動的な反応を抑えること等が困難であったりする。したがって、行動調整能力を獲得することは、これらの問題を緩和することにつながるのではないと思われる。

ところで現在の子供たちの運動面に関して、文部科学省による「子供の体力向上のための取組ハンドブック」（2012）の中で、特に運動する子としない子との二極化の実態が指摘されており、小学校低学年のうちから運動習慣を生活習慣と合わせて定着させ、児童の心身の健康につなげることの必要性が指摘されている。特に小学校1学年の児童は、幼児期から学齢期への狭間にあたり、運動習慣に加え集団適応の必要性が高い発達段階にある。

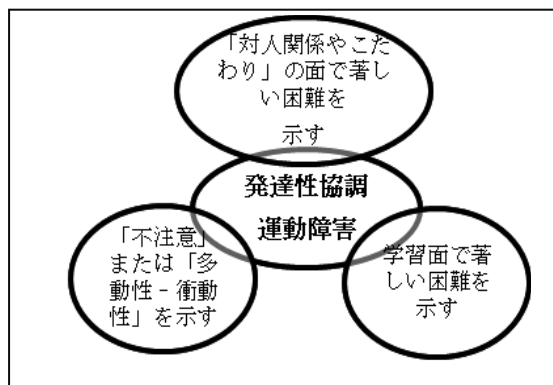


図1 不器用な子供は運動障害の可能性も含む
七木田(2012)

よって、運動遊びを日常的に実践していくことで、児童の体力向上や行動調整能力の獲得を促すことができる可能性もあると考えられる。

（２）本研究の目的

本研究の目的は、①「気になる児童」の運動面のアセスメントに基づいて、通常の学級の学級担任が実施しやすい運動遊びプログラムを開発し、②それを実施する前後の児童の様子を比較することで、児童にとって運動遊びプログラムが行動調整能力を獲得するために有効かどうかを探ることとする。

２．研究の経過

（１）研究の方法

（ｉ）文献調査

（ii）学級及び学級児童のアセスメント

- ・対象は連携協力校の１年生１学級 30 名（うち、抽出する気になる児童は男児 6 名、女児 4 名の 10 名）とする。
- ・随意運動発達検査（田中ら、1990）を用い、運動面のアセスメントを行う。
- ・学級担任らへの聞き取り調査及び行動観察により、行動問題のアセスメントを行う。

（iii）運動遊びプログラムの開発及び実践

- ・アセスメントによって明らかとなった実態に応じて運動遊びプログラムを開発し、朝の学活等で学級の児童全員に実践をする。

（iv）事後検証

- ・随意運動発達検査を用い、運動面の改善を検証する。
- ・学級担任への聞き取り調査及び行動観察により、行動問題の改善を検証する。

（２）研究の経過

年月	内容
x 年 8 月	・文献調査，運動遊びプログラムの開発
9 月	・随意運動発達検査を用いた事前調査 ・学級担任らへの聞き取り及び行動観察によるアセスメント ・運動遊びプログラムの開発及び実践
10・11 月	・運動遊びプログラムの実践
12 月	・随意運動発達検査を用いた事後調査 ・学級担任への聞き取り及び行動観察による検証
x+1 年 1 月	・考察，まとめ

３．研究の成果

（１）学級及び学級児童のアセスメント

（ｉ）行動面のアセスメント

学級担任らへの聞き取り調査及び筆者の行動観察により、学級や児童の実態と気になる児童の行動面での課題を明らかにした。学級児童のうち、特に行動面での課題が目立つ気

になる児童は男児 6 名、女児 4 名の計 10 名おり、彼らを抽出児童として検証することとした。

① 学級の実態

学級は 1 学年 2 学級のうちの 1 クラスである。1 年生らしく無邪気で人懐っこい児童が多く、児童集会等でのクイズやダンスに積極的に取り組んだり、外で楽しく体を動かしたりできる。その一方で、自分で考えて行動することが苦手であり、体操の隊形をつくったり整列したりする場面では、とても時間がかかる。また、プリントをノートに貼る等の微細な動きや身辺整頓に課題のある児童が多く、一斉指導が困難な場面が多くある。

② 気になる児童の行動面での課題

- ・教員の指示が一回で聞けない
- ・指示の内容が理解できない
- ・規律を守ることができない
- ・自分の動きを言葉で説明できない
- ・姿勢が悪く、身体のバランスが悪い
- ・ぼーっとしていることが多い
- ・手先が不器用である
- ・集団になじめない
- ・身辺整頓ができない
- ・突発的に友人に暴力をふるうことがある
- 等

(ii) 運動面のアセスメント

平成 24 年 9 月 5 日（水）に学級児童 30 名に随意運動発達検査を一斉に実施し、うち 10 名（男児 8 名、女児 4 名）の気になる児童の運動面のアセスメントを行った。随意運動発達検査とは、随意運動の観点から、発達過程にある子供の、特に行為の運動的な側面における、高次神経活動の問題の有無を調べることを目的とした検査である。検査課題は手指、顔面・口腔、軀幹・上下肢の 3 領域があり、静止形態や左右両側性の協調運動、バランスをみる課題や跳躍動作をみる課題がある。検査者が提示した非日常的な運動パターンを、被検児が模倣する手続きによって実施する。アセスメントの結果、抽出児童 10 名全員が 3 項目以上の動作で困難を示し、児童の大半に随意運動の発達に遅れがあると見られた。とりわけ困難が目立った項目は、軀幹・上下肢の随意運動であり、バランス感覚や協調運動に課題があることが明らかとなった（図 2）。

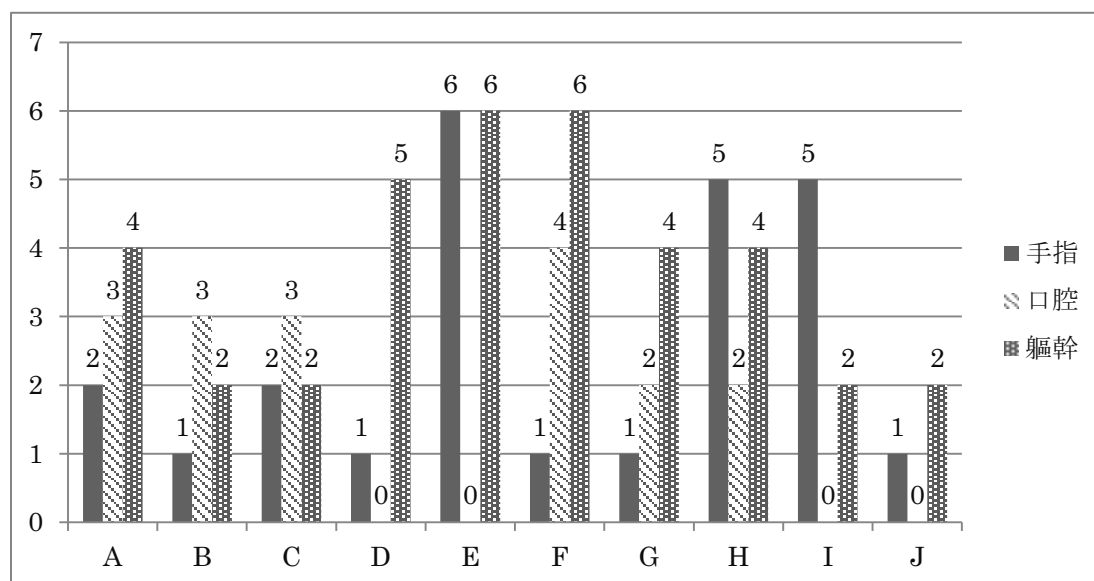


図 2 気になる児童 10 名の未達成項目数(事前)

また、検査者が目の前で行う動作を模倣することは可能でも、検査者を見ずに動作を行うことが困難な児童は、抽出児以外にも多く見られた。さらに、片足立ちや片足で跳ぶ動作は、学級児童の半数は困難であった。国分ら（1994）によれば、片足立ちが困難な児童は行動調整能力が弱く、自らの行動を統制する力が弱い傾向にあるという。学級児童が体操隊形をつくったり整列したりする際に大幅に時間がかかる実態は、この行動調整能力の弱さが関連していることも考えられた。

（２）運動遊びプログラムの開発及び実践

（ⅰ）運動遊びプログラムの開発と実践

アセスメントによって明らかとなった児童の実態に合わせ、運動遊びプログラムを開発し、平成 24 年 9 月 7 日（金）～10 月 31 日（水）の水・木・金曜日の計 22 回実践した。開発にあたっては、既に教育現場で取り入れられているゲームや初心者向けの導入運動、アイスブレイクゲーム等を参考とした。また、児童が楽しく取り組める内容であることや、音楽や擬態語を取り入れ、児童が言葉にして取り組める内容であること、準備や手間がかからず、隙間時間に誰でも取り組める内容であること等に配慮した。開発し実践したプログラムは図 3 に示す。なお、図 3 中のねらいはア（感覚統合をはかる）、イ（バランス・柔軟性を高める）、ウ（力・スピードの調整力を高める）、エ（集団の中でルールを守って遊ぶ）を示す。

（ⅱ）自己評価シートの活用

運動遊びプログラムを実践する際には児童の評価シートを用意し（図 4）、実施後に「かんだんだった（青）」「まあまあできた（緑）」「むずかしかった（赤）」の 3 段階のシールを貼ることで自己評価の機会を設けた。3 段階の判断は児童によってそれぞれであるが、運動遊びの出来よりも児童自身の自己肯定感をはかることをねらいとした。

日	運動遊び	ア	イ	ウ	エ
9月7日	①目玉ぎょろぎょろ体操	○			
9月10日	①目玉ぎょろぎょろ体操	○			
9月11日	②頭肩膝ポン	○		○	
9月12日	③幸せなら手をたたこう	○	○	○	
	④旗あげゲーム	○		○	
9月14日	⑤船長さんの命令	○			
	※担任の先生が実施				
9月18日	②頭肩膝ポン	○		○	
	⑥バランスゲーム	○	○		
9月19日	⑦変形スキップ	○		○	
	⑧仲間あつめ	○			○
	⑨はだしのエクササイズ	○	○	○	
9月21日	②頭肩膝ポン	○		○	
	⑥バランスゲーム	○	○		
	⑩指体操				
10月3日	⑪靴とぼし	○		○	
	⑫けんけんば	○	○	○	
10月4日	③幸せなら手をたたこう	○	○	○	
	⑩指体操	○		○	
10月5日	⑬おにごっこ(しっぽとり)			○	○
10月10日	⑩指体操	○		○	
	⑫おちたおちたゲーム	○			
10月11日	②頭肩膝ポン	○		○	
	⑩指体操	○		○	
	⑫おちたおちたゲーム	○			
10月12日	⑦変形スキップ	○		○	
	⑬スラローム	○		○	
10月17日	①目玉ぎょろぎょろ体操	○			
	⑭みんなでジャンプ	○		○	○
10月18日	⑩指体操	○		○	
	⑭みんなでジャンプ	○		○	○
10月19日	⑬おにごっこ(縄だけ)	○	○	○	
	⑬スラローム	○		○	
	⑭みんなでジャンプ	○		○	○
10月21日	①目玉ぎょろぎょろ体操	○			
	⑩指体操	○		○	
10月24日	②頭肩膝ポン	○		○	
	⑥バランスゲーム	○	○		
	⑫おちたおちたゲーム	○			
10月25日	⑮キャッチ	○		○	
	⑯インパルス	○			○
10月26日	⑬おにごっこ(手つなぎ)	○			○
	⑭みんなでジャンプ	○		○	○
	⑰ストップストップ	○		○	
10月31日	⑱アブラハムの子	○	○		
全22回	全18種				

図 3 実践した運動遊びプログラム一覧

(3) 事後検証

(i) 運動面の変容

運動遊びプログラム実践後に再度随意運動発達検査を行い、気になる児童 10 名の変容を測った (図 5)。その結果、気になる児童 10 名のうち、8 名は検査の未達成項目を減少させたことがわかった。特に女児 4 名に関しては、未達成項目の減少が著しく、発達が大幅に促されたことが伺えた。また、事前検査で未達成だった項目のうち、事後検査で最も達成された項目は軀幹・上下肢領域の「開眼片足立ち」であり、多くの児童がバランス感覚を獲得したと考えられた。

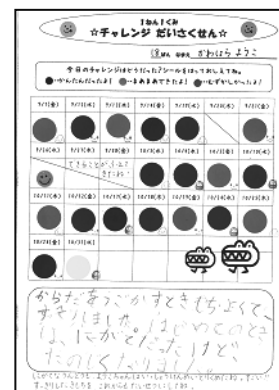


図 4 自己評価シート

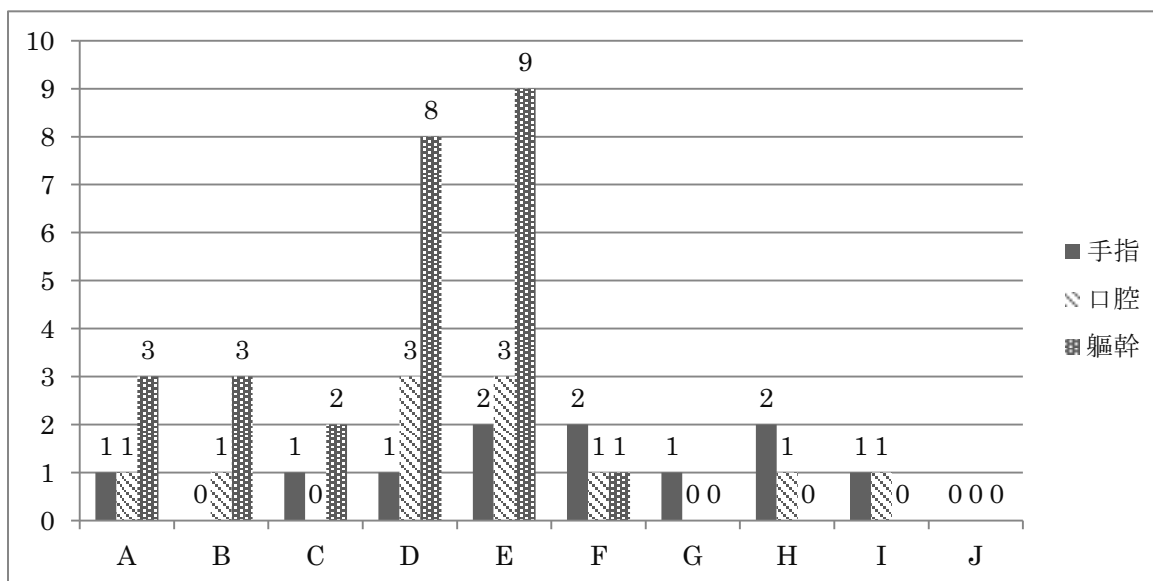


図 5 気になる児童 10 名の未達成項目数(事後)

(ii) 行動面の変容

運動遊びプログラム実践前と実践後とで、児童の行動面の課題がどう変容したかを学級担任らへの聞き取り調査及び筆者の行動観察によって明らかにした。

全員に共通して見られた変容は、叱責されるような行動が減ったことである。学校生活に慣れてきたことも大きな要因であるが、児童が運動遊びプログラムを通して身体を動かすことを楽しみ、自己肯定感を高めたことが変容に影響を与えたと考えられる。さらに、国分らの指摘に当てはめると、「開眼片足立ち」が改善されたことから、行動調整能力が高まり、自らの行動を統制する力が身に付いたとも考えられる。

(iii) 具体的な児童の変容

① A の事例 (事後検査での未達成項目数が 2 減少)

ア 児童の実態

男児。学習には意欲的に取り組む一方で、教師の話を聞かず早とちりして叱責される場面がよくある。言葉の理解が難しく、自信がない。不器用で、腕を交差する等の体操の場面で支援を要する。

イ 運動遊びプログラム中の様子

速い動作に苦勞する場面はあったが、大きな声を出しながら元気に取り組んだ。

ウ 運動遊びプログラム実施後の様子

叱責に値する行動が減少した。また、腕を交差する等の体操の場面でも支援を要する場面が減った。

エ 運動遊びプログラムの効果

スピードの強弱や複雑な動きのある運動遊びを行うことで、身体をコントロールする力が高まったと考えられる。また、動きを言葉にしながら身体を動かしたことで感覚統合がはかられたのではないだろうか。

② C の事例（事後検査での未達成項目数が 1 減少）

ア 児童の実態

男児。家庭環境が厳しく、日本語理解に課題がある。思いが伝わらないと級友を突発的に叩いてしまうことがある。肥満傾向にあることと、経験不足により運動は苦手で、特に水泳が嫌い。首だけで礼をする。

イ 運動遊びプログラム中の様子

一度の説明ではルールを理解できず、級友のまねをして動いていることがあった。「できない」と判断すると途中でやめてしまうこともあった。

ウ 運動遊びプログラム実施後の様子

支援の必要な状況は変わらないが、感情のコントロールができるようになってきており、急にカッとなることはなくなった。運動面では「今日はのびり棒を頑張ったよ」等と報告をする姿が増えた。

エ 運動遊びプログラムの効果

運動遊びを通して、級友と楽しく身体を動かしたり、達成感を味わったりしたことが、自己肯定感を高め、運動への意欲につながったと考えられる。また、ルールを守ったり他者とペースを合わせて動いたりすることで集団適応も促されたのではないだろうか。休み時間には、級友の輪の中で遊ぶことも多くなった。

③ F の事例（事後検査での未達成項目数が 3 減少）

ア 児童の実態

男児。学習や運動には意欲的に取り組む。多動傾向で、教師の指示を聞くことができない。級友の靴を間違えて履いていたり、挨拶の前に給食を食べていたりする。また、自分の行動を思い出して伝えることができない。

イ 運動遊びプログラム中の様子

一生懸命取り組んでいた。周りのペースに合わせられない場面があった。

ウ 運動遊びプログラム実施後の様子

集団になじみ、行動面の課題が目立たなくなった。落ち着いて着席して話を聞けるようになり、叱責されるような行動が激減した。

エ 運動遊びプログラムの効果

身体をバランスよく動かすことができるようになったことで、行動調整能力が高まったと考えられる。また、朝一に運動遊びを通してエネルギーを発散することで、学習中は落ち着いていられるようになったのではないだろうか。

④ G の事例（事後検査での未達成項目数が 4 減少）

ア 児童の実態

女児。発言や自己表現が少なく、おとなしい。自信がなく、声が小さい。過保護傾向にあり、負の経験がない。

イ 運動遊びプログラム中の様子

真面目に根気よく取り組んだ。仲の良い級友が側にいなければ不安そうだったが、徐々に一人でも笑顔で取り組むようになった。

ウ 運動遊びプログラム実施後の様子

全体的に自信がつき、声が大きくなった。叱責されるような行動が激減し、挙手や姿勢で褒められることが増えた。学級の中でしっかりしている児童の一人となった。

エ 運動遊びプログラムの効果

運動遊びを通して「自分もできる」という気持ちが高まり、自信につながったのではないだろうか。また、自己評価シートに自分でシールを貼っていく積み重ねも自己肯定感につながったと考えられる。運動遊びの中でできたことが日常生活でも生かされている場面で褒められたことも、効果の一部であると考えられる。

⑤ D の事例（事後検査での未達成項目数が3増加）

ア 児童の実態

男児。身体が弱くこだわりが強い。行動が遅れがちでよくよすることが多い。できないことがあると泣いてしまう場面もある。経験が少ないこともあり、体力や運動能力が低い。

イ 運動遊びプログラム中の様子

一生懸命取り組んでいた。朝遅刻をし運動遊びに間に合わないと「また皆と一緒にできなかった」と泣きべそをかいていた。

ウ 運動遊びプログラム実施後の様子

マイペースが顕在化してきた。他の児童がしっかりしてきたこともあり、支援が入りやすくなったことも考えられる。運動面では、自分ができるようになったことを素直に喜ぶ姿が見られるようになった。

エ 運動遊びプログラムの効果

皆と一緒にのことをやる、皆と同じ条件で運動をすること自体が自己肯定感に関わっていると考えられる。運動遊びが正確にできることよりも、皆と同じようにできることが嬉しく、意欲につながっていったのではないだろうか。易しい運動遊びの実施や「皆と一緒にできたね」等の声かけで効果をあげられる可能性があると考えられる。

（４）考察

（i）児童の比較から

運動遊びプログラムを実践したことで、随意運動発達検査の達成項目が増え、行動面の課題が改善された児童が大半であった。彼らは、運動遊びプログラム実践前と比べると集団になじみ、以前ほどの支援が要らない状況である。叱責されるような行動も減ったことから、自己肯定感が増し、学級での居心地も高まったように見受けられる。また、学級全体の児童は運動遊びプログラムを通して、身体を動かすことへの意欲を高めると同時に、学級全員で一緒に取り組む楽しさを味わった。これは、運動習慣の定着を促すよい傾向とも考えられる。

一方で、随意運動発達検査での未達成項目数が増加し、行動面の課題もあまり改善されなかった児童が2名いた。彼らは、運動遊びプログラム実践前よりもさらに行動面の課題が際立ち、支援の必要性が高まった。また自己肯定感が低く、集団遊びの中で孤立する傾向も見られる。彼らは、行動調整能力の不足だけではなく、それ以外の様々な要因によって課題が生じている可能性が考えられた。全体への支援だけでは不十分であるため、課題に応じた個別での支援を充実させるとともに、易しい運動遊びの積み重ねや褒めることを大切にすることで、課題を改善させられる可能性があると考えられる。

（ii）自己評価シートから

自己評価シートからは、児童の自己肯定感の状態が明白に読み取ることができた。自己肯定感が比較的高く、自分に満足している児童はシートが青色（かんたんだった）のシールで埋められている傾向にあった。また、自己肯定感が低く、自信のない児童はシートに緑色（まあまあできた）や赤色（むずかしかった）のシールが混在している傾向にあった。

自己評価シートはこのような児童の自己肯定感を把握するために有効である。特に自己肯定感の低い児童に対しては声かけや褒めることを意識し、児童に自信をつけるための手立てを実践していくことが大切だと考えられる。

（iii）まとめ

気になる児童にとって、運動遊びプログラムの実践は行動調整能力を獲得するために有効であったと考えられる。彼らにとって運動遊びプログラムの具体的な役割は、①身体をバランスよく動かして感覚統合を高めること、②エネルギーを発散したり集中力を高めた

りすることで授業に向かう落ち着いた姿勢を整えること、③みんなで楽しく身体を動かしたり、運動の達成感を味わったりすることで自己肯定感を高めることの3つである。

①に関しては、経験不足の現代の児童にとって様々な動きを取り入れた運動を実践することの有効性である。Aの事例にもあるように、少しの実践で身体のバランスを整えることができ、不器用さを克服する可能性もある。加えて、体力の向上を促す可能性もあると考えられる。

②に関しては、Fの事例にもあるように、特に多動傾向にある児童に対する支援としての有効性である。朝、運動遊びを取り入れ一度エネルギーを発散させることで、授業中の集中力を高めることが可能である。また、スピードの強弱等を運動遊びの中で体感することで、力の調整等の自己コントロールが可能となるのではないだろうか。

③に関しては、発達段階を考慮した児童の自己肯定感向上の有効性である。運動遊びは体育の一環ではないため、運動遊びの完成度を求めるものではない。人よりできた、できないと比べるのではなく、楽しく身体を動かすことが目的である。そのため、人と比べない楽しい活動の積み重ねが、児童の自己肯定感を高めることにつながると考えられる。加えて、運動遊びを通して教師が児童を褒める機会を増やすことが、さらに成果を生むことにつながるのではないだろうか。気になる児童は日常的に叱責しがちであるが、運動遊びプログラムを教師と児童とのコミュニケーションの一つとして実践し、彼らの行動調整能力や自信を高めることが、効果的なのではないだろうか。

本研究の運動遊びプログラムは朝の学活を中心に短い時間に取り組んだものであるが、一定の成果をあげることができた。運動遊びプログラムの内容をさらに練り、今後も継続して取り組むことができれば、今回効果の見られなかった児童についても改善が期待できるのではないかと考えられる。

4. 主要参考文献

野澤宏之・吉岡恒生「小学校における発達障害児に対する小集団 SST の取り組み—ミニゲームを主体とした集団適応の獲得について—」、『治療教育学研究』30号, p41-48, 2012年

文部科学省『子供の体力向上のための取組ハンドブック』, 2012年

池田泰子・建木健・藤田さより 「幼児の構音不明瞭と手指運動の発達との関連について—言語聴覚士と作業療法士の視点で検証—」、『発達研究』26号, p1-14, 2012年

七木田敦 「校長先生！担任を支援する体制はできていますか？」『実践障害児教育』7月号, p.48-51, 2012年.

国分充・葉石光一・奥住秀之 「知的障害学童及び成人のバランス運動と行動調整能力」, 『特殊教育学研究』31号(4), p27-35, 1994年

L. E. バーク & A. ウィンスラー著 『ヴィゴツキーの新・幼児教育法 幼児の足場づくり』, 北大路書房, 2001年

田中美郷 監修 『改訂版 随意運動発達検査 ©1989』, 公益財団法人 発達科学研究教育センター, 2010年