

おいしく食べ喜んで 体を動かす子どもをはぐくむ

学校名 わかかない 北海道稚内養護学校
 全校児童生徒数30名
 (男子16名 女子14名)
 小学部14名 中学部9名 高等部7名

実践内容

実施目的

- ①様々な運動を通して、児童生徒の健康の保持増進と体力の向上を図る。
- ②自分の体を巧みに動かす能力の向上を図る。
- ③様々な運動用具の操作を経験したり、勝ち負けを意識したりすることで運動やスポーツに興味関心をもたせる。
- ④感覚を刺激する遊びの指導を通して、身体活動を活発にするとともに、自ら意欲的に参加し、友達や指導者とかかわりをもつなど、主体的に生活をしていくための基礎を育てる。
- ⑤食事の仕方やマナーを身に付けるとともに、自分と身近な社会や自然とのかかわりについて関心を深める。

実施内容

1 健康の保持増進、体力や技能の向上、興味関心の拡大

体育を中心として次のように実施している。

- ①毎日2時間目に体育の授業を設定し、小学部全員で活動する。
- ②ボール、リズム、サーキット、持久走、筋トレ、柔軟体操等の題材を組み合わせる。
- ③冬期間は、近隣の公園を利用してスキー学習に取り組む。

2 友達や指導者とかかわりや意欲の向上

遊びの指導を中心に次のように実施している。

- ①遊びの指導を週1単位時間設定し、小学部全員で活動する。
- ②選んで遊ぼう、いろいろな物で遊ぼう、夏・冬を楽しもう等の題材を設定し、遊具の選択・操作、遊びのルールや内容の理解、季節的行事の体験を目指す。

3 食事に関するスキルの獲得、食に関する興味関心の拡大

日常生活の指導を中心に次のように実施している。

- ①毎日5時間目に設定し、学級単位で活動する。
- ②配膳、下膳の仕方や、時間内で食べる、好き嫌いなく食べることなど個々の児童生徒の課題に応じた目標を設定する。

実施上で工夫したこと

- ①児童が見通しをもって、継続して取り組むことができるように、体育の授業を毎日設定し、曜日により活動内容を固定した。
- ②学部内での打合せの時間を確保し、個別の指導計画を活用して、児童個々の課題や目標を学部内で共通理解して取り組んだ。
- ③栄養教諭及び分掌部（生徒支援部）が中心となり、日頃接することの少ない指導者と一緒に食事をする「エンジョイランチ」、好きなメニューを選択する機会となる「バイキング給食」、児童生徒が好きなメニューをリクエストしたり、2種類のメニューから選択したりできる「給食週間」を設定した。
- ④通常のメニューに地域で生産されたものや旬の食材を取り入れた。

主な成果

- ①基礎体力が向上した児童や机に向かう時の姿勢がよくなった児童が増えた。
- ②日常生活を送る上で身辺処理や移動のスピードが速くなった。
- ③一人遊びを好む児童が友達とかかわるようになったり、特定の遊具にしか興味を示さない児童が他の遊具でも遊ぶようになったりするなどの指導の効果がみられた。
- ④家庭や寄宿舎での食事や給食時に、食や健康についての話題が増えた。
- ⑤メニューや食材の名前を覚えるよい機会となった。



マラソン大会の様子

持久走で培った力を発揮して走る



ボール

投げたり、蹴ったりするコーナーの設置



スキー学習

近隣の公園でスキーの練習



遊びの指導(段ボール)

段ボールの滑り台やキャタピラで遊ぶ



遊びの指導(新聞紙)

ちぎったり、並べたり、かぶったりして遊ぶ



バイキング給食事前学習

メニューや選び方を学習



バイキング給食

各エリアで好きなメニューを選ぶ



給食週間(セレクト給食)

二者択一で好きなメニューを選ぶ