

いきいきと
心ゆたかに たくましく

学校名 **香川県立**
かがわちゅうぶ
香川中部養護学校
全校幼児児童生徒数302名
(男子199名 女子103名)

実践内容

実施目的

- ①将来の社会生活や職業生活における「働く力」の基盤の一つとしての体力を培う。
- ②体力づくりを通して、競争する心や協力する心、楽しむ心等の精神面の向上を図る。

実施内容

1 体育・保健体育の授業の充実

- (1)高等部の保健体育の授業では、学習内容の充実を図るため、選択体育と学年体育を2時間続きで週2回実施する。中学部は、学年体育の他に3学年合同の体育を実施している。
- (2)ドッジボールやサッカー、水泳、バスケットボール、持久走など、重点単元を定め、基礎的な技能の習得やゲームを楽しむ能力を養う。
- (3)準備運動の段階では、十分に時間をかけ、歩く・走る・跳ぶなどの基本的な動きや主運動につながるやさしい運動を取り入れることで、運動量を確保し体力向上を図る。
- (4)障害の重い生徒には、帯体（1週間を通して、毎日継続した運動ができる時間割）を組み、個に応じたスピードで歩いたり、走ったりすることを中心とした体育を実施する。年に数回、近くの河川敷や公園まで歩く「歩行学習」も実施する。
- (5)新体力テストの実施～毎年5月中旬に小学部5、6年の児童及び中学部・高等部の生徒を対象として児童生徒一人一人の体力・運動能力の実態を把握し、体育的活動の充実を図る。

2 運動機会の充実

- (1)朝トレの実施（中学部・高等部）：月曜～金曜日まで、毎朝8：20～8：50の30分間運動場や階段等を利用し、10分間走や鬼ごっこの要素を取り入れた運動等、走運動を中心とした体力づくりを行う。
- (2)運動部活動の実施（中学部、高等部の生徒対象）～ティーボール、水泳、陸上、卓球等
- (3)スポーツ大会への積極的参加
5月…ティーボール、7月…水泳、9月…陸上、1月…卓球、2月…駅伝
知的障害教育特別支援学校や障害者のスポーツ大会のみならず、陸上部、卓球部などは、高校総体、一般の記録会にも積極的に参加して成果をあげている。
- (4)エアロビクス教室の実施（週2回）
肥満や肥満傾向の児童生徒に対して、運動の場を提供し、基礎体力の向上を図る。
- (5)小学部において、毎日1時間程度の運動に親しむ時間を確保

実施上で工夫したこと

- ①様々な特性がある児童生徒たちみんなの体力向上につながるよう、集団の分け方や活動内容の設定、実施の時期・時間を工夫した。
- ②家庭の支援が得られるよう、保護者との連携を密にとった。

主な成果

- ①体力・運動能力調査等の結果から、児童生徒の体力の向上がうかがえた。
- ②駅伝や水泳の大会での記録の向上がみられた。
- ③一生懸命取り組むことが、よりよい結果に結びついていることで、何事にも頑張ろうという気持ちも現れるようになり、児童生徒のたくましい成長を感じた。
- ④卒業後のそれぞれの進路先において、自らの仕事を頑張っていていけるようになった。



新体力テスト(50m走)

自己ベストを目指し懸命に走る二人



朝トレの一場面

運動会に備えてラジオ体操でのびのび



朝トレでのランニング

どんなときも精一杯がんばる子どもたち



朝トレでの手つなぎ鬼

大好きな鬼ごっこ 笑顔いっぱいです



運動会の組立体操

観覧者より好評の巨大ピラミッド



部活動(ティール大会より)

部員みんなで優勝を喜ぶ瞬間



部活動(駅伝大会より)

みんなを代表して懸命に力走する選手



駅伝大会での応援場面より

チームの必勝を祈願して声援を送る応援団

特別支援
学校