音楽の活用による、身体機能を高め他者との交流を図る自立活動の試み

和歌山大学教育学部：菅道子、上野智子（研究代表）、山﨑由可里、北岡大輔
附属特別支援学校：西本一史、籔本安有美、廣重拓野、小林史
教職大学院学生：竹内友紀、入學遼治、宮本裕也、山本真史、柿木祐子
アドバンストプログラム生（AP 生）：新家一輝、橋本晃和、藤岡俊普、森田朱里、 山口紗也香

1. はじめに（共同研究の趣旨と経過）

自立活動は、「個々の児童又は生徒が自立をめざし、障害による学習上又は生活上の困難を主体的に改善・克服するために必要な知識、技能、態度及び習慣を養い、もって心身の調和的発達の基盤を培う」（2017（H29）年度改訂特別支援学校小学部・中学部学習指導要領第 7 章第 1　目標）ことを目的としている。本学部附属特別支援学校小学部（以下、小学部）において、自立活動の指導は教育活動全般を通して、また、国語・算数を合わせた指導「ことば・かず」の中で長年行われてきた。加えて、子どもたちの実態から教育課程の中に自立活動の時間を設けて指導を行うことは有益と考え、2019（令和元）年より実践を進めて5年目となる。

本共同研究では、普段より授業を実践する小学部教員、音楽教育学・障害児教育学の立場から自立活動の視点で授業実践を見る大学教員、教職大学院学生、アドバンストプログラム生（以下、AP 生）が連携し、音楽を活用した自立活動の教材づくり・授業づくりを模索することとした。

音楽を活用する理由は、自立活動の指導内容の6区分（①健康の保持、②心理的な安定、③人間関係の形成、④環境の把握、⑤身体の動き、⑥コミュニケーション）が、音楽の有する機能と共通性をもっていると捉えたからである。過年度の本研究からは、音楽の機能を活用することで、自立活動の各区分の項目にかかわる力を高めることが確認できた。

具体的には、音楽を通して感覚を統合させることで認知の機能を高めること、時間的な感覚をつかめること、心理的な開放感や達成感が味わえること、他者とのコミュニケーションの糸口になること等である。今年度（2023）の研究も、これまでの成果と課題を踏まえつつ、進めている。

2. 研究の目的と方法

2023 年度における本研究の目的は、昨年度と同様に小学部教員と大学教員、教職大学院生、AP 生が共同で授業について計画・検討し、自立活動の授業における音楽の有効性を探ることである。また児童の実態に即した活動を行うための教材の開発や指導の工夫・改善を図った。方法としては、9月に大学教員と教職大学院学生、AP 生が授業を参観、カンファレンスを行い、11 月に連携による授業と再度カンファレンスを行った。

3. 児童の実態と及び課題

附属特別支援学校小学部には、1～6年生 15 名(令和5年度)が在籍している。生活年齢の幅に加え、発達段階、障害特性などの視点から見ても、実態は幅広い。学校生活での子どもたちの日常生活の様子を見てみると、低学年の段階では物や大人との関わりが中心で、子ども同士の関わりに発展しにくい。

また、幼児性が残っていて、自己中心の思考になりがちであるので、友だちとのトラブルが起こる場面も時々みられる。そして、初めてのことや苦手なことに対して、気持ちが向きにくく不安が高くなる姿なども見られる。その一方で、一概的には言えないが学年を重なるにつれて、子ども同士で遊んだり、自信をつけながら前向きに取り組んだりするなど、成長してきている様子がうかがえる。

写真1　小学部児童の様子

そのような子どもたちの様子を自立活動的な視点から見てみると、座位の際、姿勢が崩れがちになる、座って臀部を床につけてから靴を履く、お箸や鉛筆の使い方等、手指の操作や走る動きなどがぎこちないなど、それぞれに実態の差はあるがが共通して身体の動きの面での課題がある。また弱視であったり、発音が不明瞭であったりと、個々それぞれに課題が見られる。そのような実態の子どもたちであるが、その内面には「どうすればいいのかな」「やってみようかな」「〇〇のようになりたい！」という思いをもっていることが日々の様子からうかがえる。自立活動の目標は、言うまでもなく個々それぞれであり、個別の指導計画に目標をかかげ指導している。

4. 授業参観（小学部3学級）＆カンファレンス　9月12日（火）

大学教員2名、教職大学院生、AP 生が小学部自立活動の授業参観及びカンファレンスを行った。各学級（小学部低学年、中学年、高学年）の担任から授業のねらいや取り組み内容について説明の後、質疑応答を行った。

はじめに、各学級担任から児童の実態、取り組み内容の紹介を行った。以下簡潔に記述する。

低学年では、ジャングルジムや肋木、縄ジャンプ等のダイナミックな動きの活動で、身体づくりをしつつ、みんなでひとつの遊びをすることで、順番を守ったり、友だちと一緒に遊ぶ楽しさを感じたりすることをねらいに取り組んでいる。

中学年は、弱視傾向の子どもも複数在籍することから、授業の導入に運動場で鉄棒、肋木、縄跳びなど視覚情報を使う運動や協調運動を取り入れながら身体を動かすことに挑戦した後、教室に戻ってリボン結び、最後に鍵盤ハーモニカに取り組み、友だちと音を合わせる楽しさを味わって学習を締めくくっている。

高学年では、身体の動きに課題のある児童が多いことから、中庭での遊具を使ったサーキット運動後、室内に戻りバランスボールを用いた運動に取り組んでいる。また学級内で時々、「ちくちく言葉」も見られることから身体を動かす中で、相手を意識する場面を意図的に入れている。

低・中・高学年の3学級とも、主に身体の動き、コミュニケーションの領域の内容を組み入れ、手足などの身体の動きを協調させる、手指の巧緻性を高める、友だちを意識してよりよいコミュニケーションをめざす等のねらいで取り組みを行っている。また、どの学級も授業の様々な場面で、他者とのかかわりを意識する工夫を行いながら取り組んでいるといった内容が報告された。

話し合いの中では、お箸の練習など自立活動の時間の指導で学んだことが実際の生活の場面でどう活かされるのか、大きな動き、手指の細かな動き、どのように意図して順番を組み立てているのか、個々の目標と学級全体の目標の設定はどう考えているのか、リズムを伴う身体の動

きでの声かけの方法、ボディイメージを養うためには音楽的要素を入れられる可能性があるのではないか、また今後の授業を作っていくにあたり、子どもの実態についての共有などを行った。

5. 授業計画

児童たちの実態と課題について共有した後、大学院の授業内で討議し、今年度は小学部低学年対象として授業案づくりを進めることとした。教職大学院生が中心となり指導案を作成した。

小学部低学年　チャレンジタイム　学習指導略案

1. 日時：2023（令和5）年11月15日（水）　第2限（10：25～11：10）
2. 場所：プレイルーム
3. 対象児童：小学部1～2年児童　5名
4. 指導者：上記共同研究者参照
5. 単元名：「音楽や楽器の音に合わせてからだを動かそう」
6. 本時の目標：
   ①音楽（音）に合わせて身体を動かすことで、身体機能やバランス等運動機能を高める（「身体の動き」）。
   ②楽器演奏を通して他者に意識を向けたり、音楽に合わせて心身をリラックスしたりできるようにする（「コミュニケーション」「人間関係の形成」「心理的安定」）。

7. 本時の展開

学習活動	評価の観点	支援方法・指導上の留意点 ♪楽器
1. はじまりの挨拶		・和附特の先生から説明⇒役割交代。
2. 本時の活動とめあてを知る めあて：おんがくをきいてからだをうごかそう		・学習する場所や準備物の提示。 ・予定表はハンガーラックへ。 ・終わった活動に「花丸」をつける。
★身体の動き―3，5 ★コミュニケーション―1，2 3. お手玉遊び 「つまんでポン」：音楽のおもちつき	・指先でお手玉をつまむ。 ・友だちまたは教師にお手玉を手渡す。	・わらべうたの音階で即興。 ♪歌・ピアノ 例：順→速く→逆→頭の上にお手玉→「いただきます」で落としてキャッチをする。
★身体の動き―3，5 4. 楽器を鳴らそう 曲：カエルの合唱	・手指、手首操作を使って楽器の音を鳴らそうとする。	・配膳台2台：各楽器を一列に並べる（つまむ楽器／ひねる楽器）。 ① ひねる：♪カバサ、ラチェット ② つまむ：♪ティンシャ ※児童が着席した状態で、主指導が巡回する。
★身体の動き―1，3 5. ジャンプジャンプジャンプ： 「冬がやってきた」 ・ゴムジャンプ※1か所 「氷がやってきた、寒い風」 ・ケンステップ（ケンケンケンパ） （歌詞〇〇ちゃん（くん）がケンケンするよ～♪さあさあみんなで見てね♪→合図（ケンケンケンパー）	・リズム（ピアノ）に合わせて跨ぐ、又は跳び越えようとする。 ・合図（ピアノ、教師の歌唱）に合わせて両足を揃えて跳ぼうとする。又は片足跳びをしようとする。	ジャンプジャンプジャンプ ・ゴム ※児童の実態に合わせて高さやスピードを調整する。 ♪チューブフォーン、ペンタグロッケン、ピアノ（寒さをイメージ） 見本動作 《しろくまのジェンカ》・ケンステップ ♪アゴゴベル、・トゥバーノ、・ピアノ

★身体の動き―1，3 ★人間関係の形成－1 6．ぬのあそび （スパークハーフ） ・小波→大波→横波（繰り返し） ・シーソー、小ﾆ大の傾き	・手は順手で握り、親指を下からかけることで握りこむようにしているか。 ・左右腕の傾き、脇の開け閉めの動きができているか。	・演奏に合わせて主指導が声かけをおこないながら動きを主導する。 ・サブで持ち手の確認を行う。握りにくい、保持しにくいようであれば、握り手を一緒に支持。 ・クールダウンとのつなぎに向けて持ち手は教師が入り、スパークハーフの下にヨガマットを準備する。 ヨガマット担当→寝転がり ♪ストゥルモック、オーシャンドラム、ピアノ（波のイメージ）
★心理的安定－1 7．クールダウン	・気持ちをコントロールして変化した状況に適切に対応することができているか。	・主指導がリラックスをする見本を見せながら体の力を抜くように促す。 スパークハーフを使う。 ♪ピアノ（海のイメージ）
8．振り返り 頑張ったことを発表する		・動画、静止画等で紹介し、個々の頑張りポイントを伝えてから感想を言ってもらうようにする。 ※動画操作は撮影者の先生がおこなう。
9．終わりの挨拶		

6．授業実践　低学年「音楽や楽器の音に合わせてからだを動かそう」 11月15日（水）

大学教員2名と教職大学院生、AP 生による音楽的要素を取り入れた自立活動の授業を、低学年児童対象に 11 月15日に行った。 授業の導入では、今回の授業のめあてや内容を子どもたちに分かりやすい言葉や動作とともに、イラストや文字、また実物で示した。音楽や体育ではなく自立活動の時間の指導ということで、動きのポイント等も意図して示した。子どもたちの発達段階的に自分自身の目標を意識することは難しいが、今から取り組む内容について見通しをもつとともに、期待感や意欲をもっているような表情が見られた。

写真2　授業の予定を聞く児童の様子

以下、授業で取り組んだ「お手玉遊び」、「楽器を鳴らそう」、「ジャンプジャンプジャンプ」、「布あそび」について記述する。

(1)お手玉遊び

お手玉遊びは、児童が隣に座る児童の存在を意識しやすいように、円型になって座るが、その隊形に移動するまでに、ピアノの伴奏が聴こえていたので自然な流れで学習の開始をむかえることができていた。最初に教師はお手玉を「つまむ」という動きの見本を示し、児童たちが「つまむ」ということに意識できるようにした。

お手玉をつまんで、隣に座る友だちの手のひらにそっと置く動きに、「ぽん！」という声かけと共にピアノの音が鳴

写真3　つまむ動き意識する児童の様子

ることで友だちに渡したという実感をもつことができていた。動作を強調するような目的で音楽を用いることで、つまむという動きや相手に渡すこと意識しようとする姿が見られた。

(2)楽器を鳴らそう

低学年の児童は、前述したように、お箸や鉛筆の使い方に課題があり、手指や手首の動きがぎこちない実態が見られる。この「楽器を鳴らそう」で取り扱った楽器は、ひねる(カバサ)、(ラチェット)や、つまんで調整する(ティンシャ)という動きを引き出すしかけとなった。初めて見る楽器に早く触ってみたいという気持ちがいっぱいになっている様子がうかがえた。カバサという楽器は、柄を利き手で持って、もう一つの手で受けて軽く握る。そして柄を手首のひねりを加えながら回すとシャカシャカと乾いた音が刻める。その音がカエルの鳴き声のようでもあり、カエルの合唱の曲とマッチしていた。そして、同じメロディでも静かでゆっくり、元気よく速く、とテンポを変えると、子どもたちは音をよく聴き、手首を小さく大きくひねりながら楽器を奏でていた。また、ティンシャという楽器は、くみひもの付け根部分を持ち、力を抜いて水平に保ち、相手(教師)が持つティンシャと合わせて音を奏でると、透き通るような音色がうまれた。相手のティンシャと合わせて音を出すということで、微妙な調整力が必要で、子どもたちは少し苦戦している様子も見られた。しかし、うまく合わさり音が響くと、何とも言えない達成感を感じている様子がうかがえた。相手と気持ちと動きを合わせるという調整力、周りの友だちと音を合わせる心地よさを感じられていたようである。

写真4　動きを調整しようとする児童の様子

(3)ジャンプジャンプジャンプ

普段の授業(自立活動の時間の指導)においても、片足ジャンプ、両足ジャンプ等に取り組んでいて、両足そろえて着地することが難しい子、踏み切るときに片足ずつになってしまう等ジャンプに関する児童の実態の幅も大きい。両足ジャンプは足の動きだけではなく、身体全体を縮めたり伸ばしたりする全身運動である。ジャンプの動作を獲得する中で、バランス感覚や瞬発力、柔軟性、筋力の向上等をねらえると考え、日々取り組んでいる。

今回のジャンプの取り組みの導入では、教師がチューブを振って鳴らしたり、ペンダロッケンの音を鳴らしたりすることで、子どもたちが冬(寒い、氷、北風等)をイメージできるように工夫を行った。一部の児童ではあるが、冬をイメージして取り組み始めていた。冬をイメージする曲が流れ、氷に見立てた縄が近づいてくると、子どもたちは、気持ちを整えながら両足ジャンプ、子どもによっては片足ジャンプに取り組めた。ジャンプする前の子どもの動きに合わせて、ピアノの音を調整することで、跳ぶ前の気持ちの準備ができていた様子がうかがえた。また跳んだあと、「ジャーン！」とピアノ音を入れることで、着地の時にポーズをとろうとする児童、達成感を感じている様子もうかがえた。曲に沿って順番に次々に自然と流れが作れる一方、ジャンプの方法については子どもによって、即時評価をする方が有効であるとも考えられるので、その点が課題となった。

写真5　ジャンプをする児童の様子

（4）布あそび

最後の取り組みは、心身ともにリラックスし、クールダウンをすることをねらった布あそびである。使用したスパークハーフは、薄く透け、ふんわりとした動きの出せる布である。子どもたちにとっては、見て触れて感じて楽しく、それを全員で共有することができる。自分たちで布を扱うことを楽しんだ後、マットの上で仰向けになった。海の曲の伴奏が聴こえ、ゆるやかに揺れる布に注目していた。中には布が近づくと手を伸ばして布に触れて遊び、活動的になってしまう子どもの姿も見られた。しかし、続けるうちに、子どもたちの表情も和らぎ、身体の力を抜いてリラックスする様子がうかがえた。最後に静の活動を入れることは有効であると感じた。

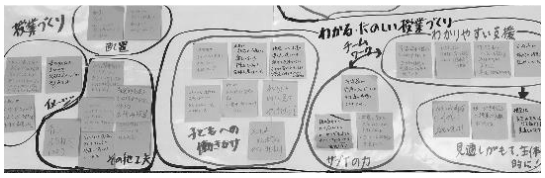
写真6　布に手を伸ばす児童の様子

7. まとめと今後に向けて

「はじめに」でも触れたように、本校では自立活動の時間の指導を設定したのが5年前である。この教育課程の変更と同時にこの研究も始めたことになる。研究を進めていく中で、音楽を取り入れていく有効性も見え、各学級の自立活動の時間の指導の中に、部分的ではあるが音楽的な仕掛けをどの学級も行っている。

今年度の研究において、音楽の有効性として、①楽器を鳴らす、振る、音楽に合わせるというような音楽の各活動には、必ず身体の動きが伴うことから、児童の課題である手先の動き（微細運動）、大きな動き（粗大運動）の向上を図れるということである。②見て聴いて身体を動かす等、感覚を統合させることで認知の機能を高めることができるということも言える。③音による自然な流れが生まれ、楽器の音やリズム等の変化で、児童たちはよく聞き、活動の終わりや次にすべき取り組みに見通しを持って主体的に取り組むことができる。④不安な気持ちを整え意欲を出したり、心身ともにリラックスしたりと情緒が安定する、⑤音（楽器）によるコミュニケーションにより、人と自分の距離を構成したり、呼吸を合わせて音を奏でる楽しさを友だちと共有することができる、というような点である。

写真7　カンファレンスで出された意見



本研究を通して、特別支援教育の大学教員、音楽教育の大学教員からの視点、教職大学院生、AP生からの視点、特別支援学校教員からの意見を出し合うことで、幅広い視点で、自立活動における課題へのさまざまなアプローチの方法について深めることができた。一方で、課題として、特に自立活動の指導は実態把握が不可欠である。単発の授業であるために、子どもたちの実態を十分把握できないまま、音楽を使うことが優先されていなかったかということ、一人ひとりの課題に応えるものを目指せていたかという点も懸念される。このことは評価とも関連する。指導する際には、各児童の実態、課題を踏まえ、評価の観点を持ち、授業に臨むことが大切である。また今回は、大学教員、大学院生、AP 生が総動員し、連携しながらの授業実施となったが、この成果をいかに学級担任が受け継ぎ、今後に生かしていくかということも課題となる。今後も、本研究を継続し自立活動の音楽の有効性について、探求していきたい。