

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：上野智子(研究代表)、菅道子、山崎由可里
附属特別支援学校：奥野浩二、小林史、武内藍、藪本安有美
教職大学院学生：岡本洋平、山本享代
アドバンスプログラム生：大植祥子、沢村紀一、谷口拓、中尾久美子
畑中英里、森下由紀子、山崎海央

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目指し、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を基盤を培う」(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が、子どもたちの実態から教育課程の中に自立活動の時間の指導を設けて指導を行うことは有益と考え、実践を進めて4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と音楽教育学、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、アドバンスプログラム生(以下、AP生)で連携し、特に音楽の要素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、様々な感覚への刺激となること、認知の機能を高めること、ルール等を心地よい活動から理解できること、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(2022)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

2022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、アドバンスプログラム生が授業を参観、カンファレンスを行い、メール等で協議を重ねながら授業を計画し、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、13名の児童が在籍する。児童たちは発達的、障害特性的には幅広い実態がある。学部全体で学習を行う機会も多くあり、下の学年の児童が上の学年の児童に憧れたり、上の学年の児童は見本となるように行動したりと学び合いをする姿が見られる。

今回、授業を行った高学年児童4名は、小学部のリーダーになるという意識を持ち、下の学年の児童を気遣う様子がよく見られるが、自立活動の視点からみれば、日々の活動の中で、初めての取り組みや苦手意識のある取り組みに対しては、不安を抱き、動きが止まってしまうという実態がある。また自らの感情をコントロールすることが難しく、カッとして手が出てしまったり、今が楽しすぎて次の行動に切り替えにくかったりする児童など、個々それぞれ心理面に課題がある。身体の動きの面から見れば、椅子に座った時に姿勢が保持できず崩れてしまう、自転車遊びをするときにうまくカーブが曲がれない、体操での腕まわしや腕の伸ばす方向が難しく、ダンスの振り等、模倣に課題のある児童もいる。自立活動の課題は、当然ながら個々それぞれであり、担任が個別の指導計画に目標を掲げ、指導している。



写真1 小学部高学年児童の様子

4. 授業参観(小学部3学級)&カンファレンス 9月27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。以下簡単に記述する。低学年の児童の中には、弱視の子どもが3名在籍し、注視や追視に課題があり、見るべきものに注目することが難しいという実態がある。ジャングルジムや肋木など身体を動かしながら、視覚情報を必要とし自らを活用していこうとする動きを取り入れるようにしている。またチャレンジしたい気持ちを持ち続けられるよう取り組みはスモールで個人差を考慮した内容にしている。

中学年では、バランスボールを使ったリズムダンスに取り組んでいる。個々の課題は様々であり、気分がむらがあり、なかなか課題に取り組みにくい児童、ボディイメージや模倣が苦手な身体を動かす方に課題がある児童がいる。大型モニターに児童たちの動きを映すなど工夫を加えながら、自分の身体の動きを意識することや、友だちと動きを合わせる気持ちよさを感じることをねらい取り組んでいる。

高学年の児童は、共通して身体の動きに課題をもっている。身体の動きの課題は個々様々だが、自分の身体の動きを感じ取ることをねらいとして体幹トレーニングに取り組んでいる。また、静と動を自分でコントロールできるようにと、少し音楽も取り入れながらリラクゼーションにも取り入れている。

カンファレンスでは、心理的な安定の視点で動から静へ、リラクゼーションを高める音楽の活用方法、身体の動きの視点で粗大運動から微細運動へと順に授業を組み立てる良さやコミュニケーションの視点でアナクルーシス(予備)の動作を取り入れると動きが揃うのではないかと、全体の目標と個の目標の関係はどうか、授業で学んだことがどう日常生活に活かされているか等、ま

た今後の授業についてどのように音楽的な要素を入れられるかというような意見が出された。

今回の授業参観を参考に、今回は高学年を対象として、音楽を活用した自立活動の授業づくりを進めることにした。

5. 授業計画

上記の自立活動の授業実践、並びに児童の実態等について情報共有したのち、単発の音楽を活用した自立活動指導案を和歌山大学教職大学院院生、AP 学生、大学教員らのメンバーで考案した。活動を考案するにあたり、次の3点に留意した。

第1に、これまでの自立活動の指導内容を踏襲したものにするのである。前述したように、高学年の自立活動では、体幹トレーニングを中心とした動の活動とリラクゼーションなど静の活動で構成していた。本実践ではこれらの活動を取り入れつつ、児童たちに馴染みのあるアニメ ONE-PIECE の世界を題材にして児童たちの課題にコミットできるような音楽の活用方法を検討した(表1)。

表1 自立活動の流れ(◆は音楽の活用に関する内容)

1. はじまりの挨拶
2. 予定の確認
3. 体幹トレーニング(ルフィー&ナミ)【動の活動】 ・鍛える理由等の話を聞く。 (1)ダンス《新時代》 ◆制作した《新時代》のダンス動画に合わせて踊る (2)体幹トレーニング ・片足バランス ・飛行機バランス ・プランク(ロー/ハイ) ◆カウントや動作に合わせたトゥバーノやアゴゴベル、ピアノによる伴奏で活動を支える。 ・手おし車でポン(エアークーン倒し) ◆ピアノと銅鑼による伴奏。銅鑼がランダムに鳴るタイミングでコーンを倒す動作をエアで行う。
4. ストレッチ(チョッパー)【静の活動】 ・首回り、股関節、脇腹、手首等各部位の筋や股関節を伸ばしたり、深呼吸をしたりしてリラクゼーションを図る。 ◆チョッパーのファシリテートで、ゆったりとしたストレッチを行う。その際、動作に合わせてピアノで即興演奏を行う。
5. 楽器を使った演奏(ウタ) ・音の強弱や質感等を調整して楽器を演奏する。 ・友達と音のリレーをする。 ◆ウタのファシリテートで、強/弱、激しく/優しくといった表現をギャザリングドラム、ラブドラムで一人ずつまたは全員で演奏する。その際、ピアノはウタの声による即興表現や児童たちの楽器による即興表現に対して適宜即興で支える。
6. 振り返り
7. 終わりの挨拶

第2に、児童の実態に合わせた指導内容を設定するにあたり、音楽活動が自立活動の内容にどのように関わるのかを明示することである。本実践では、自立活動の単元名を「いろいろな動きを体や音で表現してみよう!」とし、2つの目標を定め、自立活動の内容項目と関連させた(表2)。

表2 目標と自立活動の内容項目との関連

目標	「自立活動」の区分	内容項目
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など運動機能を高める。	環境の把握	(1)保有する感覚の活用に関する事
	身体の動き	(1)姿勢と運動・動作の基本的技能に関する事
②音楽を聴いて心身をリラックスしたり、楽器演奏を通して他者と交流を深めたりする。	人間関係の形成	(1)他者とのかかわりの基礎に関する事 (3)自己の理解と行動の調整に関する事
	コミュニケーション	(5)状況に応じたコミュニケーションに関する事

第3に、単発の授業ではあるが、その後の自立活動に活用してもらえそうな内容を含めることである。本実践では、授業参観時の児童たちの身体の動かし方を参考にダンス動画を制作し、動画を見ながら児童たちと一緒に踊った。動画はいつでも利用できる教材として、高学年担任にデータを渡した。

6. 授業実践 高学年「いろいろな動きを体や音で表現してみよう」11月29日(火)

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11月29日に行った。授業の導入では、ONE-PEACEのキャラクターのルフィーが登場し、体幹という言葉の意味、体幹トレーニングをする意味を日常生活に絡めながら児童たちに伝えた。児童たちは期待感を高めながら、自分なりの目標を意識できていたように感じた。

以下、授業で取り組んだ「ダンス」、「体幹トレーニング」、「ストレッチ」、「楽器の演奏」について記述する。



写真2 ルフィーとナミを迎える児童の様子

(1)ダンス

最初に取り組んだダンスは、前回の授業参観での児童たちの身体の動かし方を参考に、あらかじめ見本の動画を制作した。児童たちは、初めてのダンスに身体の動きがつかない面が見られ一つ一つの動きがぎこちなかったが、音楽に合わせて楽しく身体を動かすことができていたので、ウォーミングアップとして身体を温める、意欲を高める、音を聴きながら体を動かして楽しむというねらいは達成することができた。



写真3 ウォーミングアップしている児童の様子

(2)体幹トレーニング

この学級の児童は、児童の実態のところでも前述したように、身体の動きにそれぞれ課題が多く

みられる。そのような実態をふまえて、ONE-PEACE のキャラクターのルフィーとナミが、動きのポイントを伝え「この動きがうまくなると体幹が強くなり自転車が上手に乗れるようになるよ」等と児童に投げかけることで、児童の意欲を引き出し、これができるようになりたいという日常生活の願いとつながるように展開した。

実際の体幹トレーニングは、普段取り組んでいる動きが多く、児童たちも自信をもって取り組んでいた。このように普段の学習内容に音



写真4「エアーコーン倒し」に取り組む児童たち

乐的要素を入れ、別の観点から見て取り組むことで、児童の様子に変化が見られた。具体例をあげると、「手押し車」で、片手でコーンを倒し、もう一つの手だけで身体を支える動きに普段から取り組んでいるが、今回は、「エアーコーン倒し」として、コーンを置かず、片手を挙げるタイミングに銅鑼を鳴らすことにした。銅鑼の音を聴くことで自らバランスをとり片手を挙げ静止することができていた。また片足バランスでは、カウントに太鼓やピアノの音を合わせることで、リズムに身体を委ねることの心地よさや、あと数秒でおしまいという秒の感覚を持ちながら最後まで姿勢を保持しようと頑張る姿が見られた。またプランクの動きでは、楽器の音を半音ずつ上げながらのBGMを入れた。終わるに近づくにつれ高音になり期待感が高まる、そして終わるタイミングで和音を入れることで、やった！できた！という達成感が得られるような子どもの表情が見られた。児童によっては、途中、不協和音を入れるなど音楽的な仕掛けを行い、個のねらいにせまっていくのもよかったかもしれない。

(3)ストレッチ

ストレッチまでの取り組みは、ダンス、体幹トレーニングと動の動きであったが、ストレッチでは、いっきに静の動きとなる。児童たちは ONE-PEACE のキャラクターであるチョッパーの声や動きを意識しながら、また動作に合わせたピアノによる即興演奏を聞きながら、取り組んだ。

右の写真のような形でストレッチを行ったため、見本の動きを見てストレッチするということが難しいという課題が残ったが、児童たちは、ピアノによる静かな曲調の演奏を聴きながら、徐々に身体力を抜き、リラックスすることができて



写真5 リラックスしている児童の様子

いて、動から静の動きに気持ちをすっと切り替えることができていた。普段の授業では、ヒーリング音楽を流してリラックスを促しているが、担任の児童観察では、普段より表情も身体もリラックスしている様子が見られたということである。

(4)楽器の即興演奏

楽器の即興演奏では、最初に ONE-PEACE のキャラクターであるウタが登場した。ギャザリングドラムとラブドラムを使っての音のリレーを友だちと行った。取り組んでいる途中、ウタ役の教

員が即興的に歌ったことで、声色を聞いて大きな音や小さな音、優しい音を意識して奏でられていたように思う。また、みんなと一緒に音を合わせることの楽しさが味わえていたことが、児童たちの表情からうかがえた。大きな音を入れたので、また気持ちが高揚してしまい、ゆったりした気持ちを持つことが難しいかと思われる児童もいたが、歌声



図2 即興演奏に使用した楽器

や魅力的な楽器の音を聴くことで音の強弱を自分で調整する姿が見られた。

授業の振り返りでは、児童自身が自分の言葉で「〇〇がたのしかった」「ちょっと難しかった」等と表現することができていた。児童たちの語彙力では具体的に表現することは難しかったが、その表情は達成感にあふれていた。

授業後のカンファレンスでは、音楽的な仕掛けを入れたことで子どもの意欲の高まり、授業中での子どもの変化、自立活動の授業で音楽を活用する可能性等について、話し合いが行われた。

7. まとめと今後に向けて

特別支援学校での自立活動の時間の指導において、音楽療法のように全般的に音楽を入れるということはあまりないが、県内の特別支援学校においても部分的に音楽的なしかけを行うことは少なくないようである。

本研究は4年目となるが、自立活動の指導においての音楽的なアプローチの研究をすすめていく中で、その有効性が高くなってきたと考えている。今年度の研究において、音楽の有効性として、①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、②時間的な感覚をつかむこと③気持ちを高めたりリラックスしたりと情緒が安定すること、④音を聴いて身体を動かすことで、身体の動きを引き出し高められること、④教師や友だちと一緒に合奏をすることを通して、呼吸を合わせたり自分の気持ちを楽器で表現したりする等コミュニケーションの機能を高めること等が挙げられる。

本研究を通して、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。今回、対象となった児童たちは、特に身体の動き、心理的な安定の面で、学習活動において困る場合が少なくないが、これらの困難を改善・克服するためには自立活動の指導は必須である。その自立活動の指導において今回のような音楽的なアプローチを入れていくことは、有益なことであるということがわかった。

一方で、通常の授業内容を踏まえるといえども単発の授業であること、日程的にタイトであり、授業づくりをするうえでの児童の実態の把握、時間配分、個々の課題の設定等、課題が残った。また、授業後の評価、普段の生活にどう般化していくか等、考えていかなければならない。

今後も、本研究での成果をもとに自立活動の音楽の有効性について、より深めていきたい。