東京都立水元特別支援学校（１年目）

【校長】 村上 卓郎

【生徒数】 323 名

【学級数】 65 学級

次の取組へ

【課題・改善】

・生徒が、家庭や放課後デイサービスで積極的に実施することは課題として残った。
・小学部でも実施するようにして、全校で取り組んでいく。

⇒運動量を数値として示すことができる評価方法を検討し、数値として結果を判断する。
⇒小学部にも広められるように取組方法を検討し、全校で実施する。

【実態・課題】

・中学部では、毎朝、ランニングを中心に運動を実施している。
・取り組む姿勢には個人差があり、運動量が確保できない生徒もいる。
・生徒数の増加により、満足に運動できる環境が確保できない日もある。

⇒安定した運動量を確保する。
⇒「だれでも、どこでも、いつまでも」できる運動を取り入れる。

目標
・オリジナルの（仮）水元体操による、適度な運動量と効果の確保。
・学校以外の場所（家庭、放デイ）での実施を推進。

【成果】

① (仮)水元体操として、オリジナルダンスを創作した。本校のレガシーである「相撲」の動きを取り入れ、授業用と室内用の２パターンのダンスを創作し、「だれでも、どこでも、いつまでも」できるダンスとなった。

② 正式名称を「水元ダンス」とした。

③ 朝の運動や体育の授業の準備体操として、少しずつ中学部に浸透してきている。

④ 地域の中学校との交流活動で紹介し、一緒に踊ることができた。

【取組】

○授業（体育科）での取組
・朝の運動や体育の授業で、(仮)水元体操を生徒が覚えられるように実施した。
・実践を通して、(仮)水元体操の動きを生徒の実態等に即して改善した。
○一人１台タブレット端末の活用
・講師の動画を Teams にアップし、いつでも視聴できるようにした。
・自分達の動きを録画し、振り返りをした。
○総合的な学習の時間における取組
・他校との交流活動で（仮）水元体操を共有し、「だれでも、どこでも、いつまでも」できる運動として地域に紹介した。

【取組（詳細）】

○ 特別活動における「すもう教室」

地域の相撲部屋から力士をお招きし、相撲の文化に触れる授業を実施した。四股などの基本作法や力比べをとおして、日本の国技や文化を学ぶことができた。

○ 朝の運動における練習

講師の手本動画を見ながら、朝の運動の時間を中心に練習した。１週間連続して毎日取り組むことで、スムーズに覚えることができた。
また、すもう教室で実施した四股やツッパリの動きも「すもう教室でやった」と積極的に取り組む様子が見られた。

○ 体育の授業におけるダンス

ダンスの振付講師が来校し、ダンスの授業を実施した。プロの動きに感化され、より大きく、メリハリをつけて踊ろうとする様子が見られた。振付を部分毎に分け、細かく確認することができた。

○ 体育の授業における一人１台端末の活用

生徒同士でダンスの動きを動画で撮影し合った。腰を落としているか、肘が伸びているか等、動きのポイントを注意しながら評価し合うことができた。

○ 総合的な学習における地域の中学校との交流

地域の中学校と交流し、ダンスの紹介をした。交流校の生徒にとっては、初めて見るダンスであったが、講師の動きを模倣して、本校生徒と合わせて 100 名を超える人数で一緒に踊ることができた。
また、小学部の一部の児童も見学するなど、２年目の取組につながる内容となった。