

肢体不自由学級における指導の実践

～A さん、B さんへの指導から～

岩沼市立岩沼小学校

教諭 遊佐 尚己

1 はじめに

私は今年度、みのり学級（肢体不自由学級）の4年生Aさんと6年生Bさんの担任をしている。Aさんは、痙性麻痺（四肢）と知的障害の診断を受けており、車椅子を使って生活をしている。Bさんは、脳性まひ（左側片麻痺）と知的障害の診断を受けている。

学校生活の中で、Aさんはボディイメージの未発達さや体を動かす経験の少なさから、移乗や座位の保持などに困難が見られた。Bさんは左手の支持必要な場面と思うように動かせずに困り感を感じている表情を多く見た。

今回の指導を通して、Aさんには「移乗の際の体の動かし方を知ってほしい」、Bさんには「麻痺がある左手を使いたいときに使えるようになってほしい」、以上のような思いから指導を試みた。

2 児童の実態

肢体不自由の程度、認知やコミュニケーション等の特性は以下の通りである。

4年生 Aさん（痙性麻痺(四肢)と知的障害を併せ有する。車椅子を使用している。）

- ・人と関わるのが好きな児童である。
- ・できるようになったことが増えると、担任とハイタッチをして喜ぶ。
- ・やり方をゆっくり提示したり、成長を認めたりすると、意欲的に取り組むことができる。
- ・上肢には拘縮により可動域に制限がある。手指の微細運動の他、肘を伸ばして物を取ったり、手首を回旋させたりすることに課題がある。
- ・下肢の硬さが見られ、長座位が困難であり、両下肢の伸展・内旋があり、立位では、尖足状態になる。
- ・体幹が未発達のため、安定した座位の保持が難しい。

6年生 Bさん（左片麻痺と知的障害と場面緘黙を併せ有する。活動により短下肢装具を使用する。）

- ・学年を問わず友達を思いやる姿が多く見られる。特に低学年のお世話を好んでする。
- ・長時間歩く際には、左下肢に短下肢装具を着ける。
- ・制作など、左手を使う場面では、左手の代わりに口や肘、手首で押さえるなど、左手の役割を他の部位で補って活動する姿が見られる。
- ・自分の体の特性を理解し始めており、担任に「左手が固まってきたのでストレッチしたいです。」「左肩が下がっていませんか」などのことを伝えることができる。
- ・子ども病院に定期通院、リハビリを行っている。

3 肢体不自由学級の指導において重要と考えられること

本年度、肢体不自由学級を担任して、特に意識して指導にあたっていることが3点ある。

1点目は自立活動の指導である。障害のある幼児児童生徒の教育においては、自立活動の指導が各教科の資質・能力を支える役割を担っている。そこでは、障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服させることが重要である。自立活動の時間に、苦手な手の動きを練習したり、代用方法を練習したりすることを通して児童自身のできることが増える。それは、「自分もみんなと同じ様にできるんだ」という児童自身の自己肯定感の高まりにつながる。肢体不自由学級では自立活動の指導が重要である。

2点目は代用方法の提案・実践である。特別支援教育では、個別の教育的な支援や配慮が重要である。肢体不自由学級では、特に代用方法の提案・実践が重要だと考える。手段を代用することで、目標の達成や自己肯定感の向上をねらうことができる。

具体的には、鉛筆の代わりにスライドアプリを使い、タッチ操作にて漢字やローマ字の練習をすることで、書字よりも効率的に学習することができる。手段を変えることで、児童が学習を効果的に進めることが期待できる。また、次年度も同じ形式を使い、学年の内容に変更することで、児童は慣れた形式で取り組むことができる、教師は印刷や綴じ方などの業務を軽減することができるといったメリットが双方にある。

3点目は健康状態の確認である。通常学級でも朝の会などで、健康状態の把握は行われる。肢体不自由学級では健康状態の把握を逐一行う必要があると考えられる。肢体不自由児の多くは、上下肢の操作に課題があり、不適切な筋緊張によって児童が意図しないタイミングで「手を握る」「指が曲がる」などの運動が引き起こされることが多い。不適切な筋緊張があれば、書字、制作、運動などの困難さから、意欲の低下や「やっぱりできないんだ」といった自尊感情の低下が起きる。

みのり学級では、体の状態に応じてストレッチや休憩を取らせる、自立活動の領域：心理的な安定の項目（3）と関連した指導を行い、自分の体の状態を伝えられるようにするなどの支援や指導を通して、自身の健康状態によって困難さや意欲の低下を起こさないようにしている。

4 肢体不自由学級の自立活動において大切にしたいこと

1つ目は、4月に自立活動のオリエンテーションを行い、自立活動でどんなことを学ぶのか（写真1）を児童に伝えることで与えられた課題をこなすのではなく、どのような力を伸ばしたり、補ったりするために行っているのかを児童の目線で分かるようにするためである。

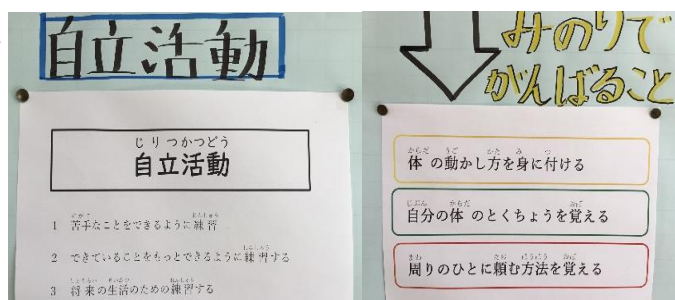


写真 1 自立活動で学ぶこと

2つ目は、自立活動の年間指導計画の活用である（表1）。年間指導計画を作成して指導に取り組むことで、系統性のある指導ができる。また、担任が変わった際にも、昨年度分の年間指導計画を参照することは児童の実態把握や継続して取り組む課題の把握などに有効であり、児童と関わる時間をより増やすことができると考える。

段階	時期	4年 Aさん	6年 Bさん
I	4月	① 自立活動で学ぶことを確認する。 ② 自分の体ができること、苦手なことを確認する。 【心理的な安定（3）】	① 自立活動で学ぶことを確認する。 ② 自分の体ができること、苦手なことを確認する。 【心理的な安定（3）】
	4月 5月	① 他の人に依頼する方法を知り、練習をする。 【6 コミュニケーション（5）】 ② 上下肢のストレッチ 【健康の保持（5）】 ③ 座位の保持（畳に座る練習） 【身体の動き（3）】	① 他の人に依頼する方法を知り、練習をする。 ② 左上肢のストレッチ ③ 「握る」動きの練習 【身体の動き（1）】
II	5月 6月 7月	① 上下肢のストレッチ 【健康の保持（5）】 ② つかまり立ちの練習、移乗の練習（つかまって方向変換） 【身体の動き（1）】 ③ 座位の保持（排泄の指導に向けて） 【身体の動き（1）（3）】	① 左上肢のストレッチ ② 「握る」、「離す」動きの練習 【身体の動き（1）】 ③ 手指の運動 【身体の動き（1）】
	8月 9月 10月	① 上下肢のストレッチ、つかまり立ち 【健康の保持（5）】【身体の動き（1）】 ② 下肢や背面のボディイメージを知る。 【環境の把握（1）】 ③ 移乗の練習（方向変換の後に車椅子に座る） 【身体の動き（3）】 ④ 座位の保持（日常生活の指導と領域を合わせた排泄の指導） 【身体の動き（1）（3）】 ⑤ ボタンやファスナーの練習 【身体の動き（3）】	① 左上肢のストレッチ、「握る」、「離す」の動き 【身体の動き（1）】 ② 手指の微細運動 【身体の動き（1）（3）（5）】 ③ 「はがす」「ねじる」の動きの練習 （ラベルの分別、瓶の開閉等） 【身体の動き（3）（5）】 ④ 肩一肘一手首の連動 【身体の動き（3）】
	11月 12月	① 上下肢のストレッチ（下肢を重点的に）、移乗練習 【健康の保持（5）】【身体の動き（1）】 ② 座位の保持（日常生活の指導と領域を合わせた指導） 【身体の動き（3）】 ③ 手すりや机を使った移乗の練習 【身体の動き（3）】 ④ ボタンやファスナーの練習 【身体の動き（3）】	① 左上肢のストレッチ、「握る」、「離す」の動き、肩一肘一手首を連動させた動き 【身体の動き（1）】 ② 手指の微細運動 【身体の動き（1）（3）】 ③ 日常の基本的な動き 【身体の動き（1）（3）】
III	1月 2月 3月	① 上下肢のストレッチ（下肢を重点的に）、移乗練習 【健康の保持（5）】【身体の動き（1）】 ② 座位の保持（日常生活の指導と領域を合わせた指導） 【身体の動き（3）】 ③ 手すりや机を使った移乗の練習 【身体の動き（3）】 ④ できるようになったことの振り返り 【心理的な安定（3）】【人間関係の形成（3）】	① 左上肢のストレッチ、肩一肘一手首の連動 【身体の動き（1）】 ② 手指の微細運動 【身体の動き（1）（3）】 ③ できるようになったことの振り返り 【心理的な安定（3）】【人間関係の形成（3）】

表 1 自立活動の年間指導計画

3つ目は、単調な機能訓練にならないような工夫である。肢体不自由児の自立活動における課題は明確な場合が多い。AさんもBさんも共に「身体の動き」の領域に課題が多くある。今回の指導のように、必要性のある課題設定やタブレット端末を活用して過去の自分の動きを見比べる活動を取り入れ、腕や脚を動かすような単調な活動にならないように工夫をした。

5 Aさんへの指導

Aさんの指導は、「体を動きやすいように整える」「スモールステップで行う」ことを段階的に行い、自立活動の時間にできることを増やしていった。

(1) ストレッチ

初めは、右上肢の固さや下肢の尖足状態、太ももの裏の張りなどが特に目立ち、腕を90°以上伸ばすことができなかったが、継続的にストレッチをすることで、120°程度まで伸ばすことができるようになった。下肢のストレッチでは、つかまり立ち、つたい歩きの際にかかとを地面にほぼ接地した状態で安定して動くことができるようになった。

(2) つかまり立ち

平行棒を使ってつかまり立ちの練習を行った。初めは、立位を保つことに困難さが見られた。そこで、腕で体を支えるように立つことやかかとを地面にできるだけ着けて立つことを指導した。慣れてくると勢いで立とうとして、立位が不安定になることがあったので、つかまり立ちのねらいをその都度確認することで、つかまり立ちでバランスを取ったり、正しい足の着き方を学んだりすることができた。

(3) つたい歩き

表1の段階Ⅱの移乗の完成形として、平行棒をつたい歩きして車椅子へ移乗することをAさんと共有をした。その前段階としてこの指導を取り入れた。回数をこなすにつれ、横方向への移動が上手になり、車椅子以外にも移動できたことで、Aさんもうれしそうであった。

つかまり立ちからつたい歩きになったことで、「内旋のある尖足傾向からくる、歩行時の不安定さ」や、「歩き始めに脚同士がぶつかる」などの場面が多く見られるようになった。今後のAさんの課題として、「かかとをできるだけ接地して歩く」「下半身のボディイメージの獲得する」と捉え直し、課題克服のために、上記(1)(2)の指導に加え、以下の活動や工夫を行った。

- ・水泳学習にて、背浮きの活動を通して脱力の感覚に触れたり、水中で脱力しながら立位をとったりする活動。
- ・自立活動を水泳学習の後の時間に行う。
- ・PT（理学療法士）からストレッチについて助言を受ける。
- ・すねやもも裏など特に緊張が強い部位を重点的にほぐす。
- ・下半身のボディイメージを膨らます活動。
（担任が「かかと」と言いながら、かかとを触るなど）

これらの活動や工夫を行うことで、かかところが徐々に接地する場面が増え、安定した状態でつたい歩きができるようになった。

一方、下半身のボディイメージの獲得には至らなかった。車椅子に乗って生活する時間が長いので、短期間での下半身のボディイメージの獲得は難しく、移乗練習と並行して取り組むべき課題の1つであると考察した。

（４）移乗練習

表1の段階Ⅱの核をなす活動となる移乗練習である。（１）～（３）の活動を合わせて取り組ませた。移乗練習で最も課題となったことは、「下半身のボディイメージの獲得」である。ボディイメージが未獲得なことにより、安定したつたい歩きで車椅子に近付くことができるが、フットレストにかかところが当たってしまい、うまく座ることができない、車椅子の座面から離れていても座ってしまいそうになるなどの姿が見られた。

そこで、タブレットで撮影した移乗練習の様子を見る活動を行った。「同じところが引っ掛かってる」「まだ座っちゃダメなんだ」など、客観的に自分の様子を見ることで、Aさんは多くの発見をすることができた。その中でも、移乗練習の際に「自分が思っているより、つま先が曲がっている（脚の内旋）」とAさんなりに課題に気付き始める姿が見られるようになった。

次の段階として、「どこを頑張ると、一人で移乗できそう？」とAさんに問うと、「近くで座る」「足はピンとして」と断片的ではあるがAさんなりの理想の姿があることが確認できた。黒板やタブレットなどで意識することを確認しながら1～2ヶ月ほど取り組ませた。7、8月頃になると、「座るときはつま先はまっすぐ」と移乗練習中の呟きが具体的にになってきたことから、移乗に必要なことを考え実践していることがうかがえた。

8月下旬から9月頃になると、自信がついたのか「見ててください」と補助なしで移乗練習に取り組む姿が多く見られるようになった。この姿と比例するように、自分の体の感覚を意識しながら、【つかまり立ち－つたい歩き－移乗】を一人でできるようになった。表1の段階Ⅱの5月から初めて約4ヶ月で移乗の基礎を身に付

けさせることができた。

今後の展開として、表1の段階Ⅲでは、平行棒だけでなく机や手すりなどの身の回りの物を使って移乗できるように取り組ませる。

6 Bさんへの指導

「県立子ども病院との連携」「活動の設定」「教具の工夫」などを意識して指導にあたり、Bさんの表1の段階Ⅱでの目標を「左手を必要な場面で動かすことができるようにする」と設定した。

(1) 県立子ども病院との連携

表1の段階Ⅱの6月上旬に県立子ども病院のリハビリを見学することができた。担当の作業療法士の先生から望ましい上肢の状態(写真2)や学校でもできる効果的なリハビリ的な活動などを具体的に助言を受け、教具(写真3)を作成した。

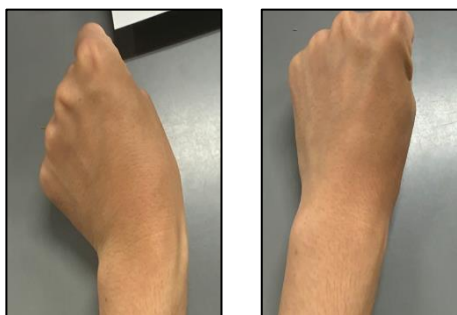


写真2 右：不適切な筋緊張
左：適切な筋緊張



写真3 自作のリハビリ教具

県立子ども病院からの専門的で具体的な助言により、医学的根拠のある効果的なストレッチや上肢を動かす活動を具体的に指導できるようになった。また、この頃から、ルーティンから徐々に機能訓練のようにさせてしまいBさんの意欲を十分に引き出しきれないという教師側の課題も明確になった。

Bさんの自立活動が単調になってしまうことについて先輩教員に助言を求めると、「必然的に左手を使う課題がある活動の設定が有効ではないか」と助言を受けることができた。

(2) 課題設定

(1) で先輩教員から受けた助言や、作ることが好きな B さんの実態を考慮し、「裁縫」を自立活動で行わせた。

布の一端を机にテープで固定し、もう一端を左手で持って活動させるように設定をした。(写真4)



写真4 左手を使う活動

このように活動を設定することで、麻痺のない右手を動かしながら、麻痺のある左上肢も動かすことができた。この活動を取り入れてから、ストレッチや上肢を動かす B さんの表情から、活動に対する意欲が感じられるようになった。「裁縫」を行う自立活動を重ねることで、やや複雑な形やカタカナの名前を針と糸で描くことができるようになり、「次は〇〇の形をやりたい」「友達の名前をやってみたい」など、達成感を感じ、次の段階へ挑

戦する姿も見られるようになった。

教科は自立活動であるが活動中のめあてについて、「針と糸を使って布に模様を描こう」とした。これはBさんの実態を考慮し、興味・関心の高い制作活動の一環として左手指を必然的に使用する形式にした方が、機能訓練活動よりも抵抗感が軽く、指導効果が高いと考えたからである。

(3) 教具の工夫

裁縫の自立活動をするにあたり、教具について教材研究を行った。B さんの実態より、布の種類や補助具（写真5）を複数用意することで、上肢操作に制限があっても活動を継続できるようにした。

- ・布の種類の工夫：柔らかいフェルト生地や生地が目が粗い麻布を用意した。
- ・糸の種類の工夫：視覚的に捉えやすい太めの毛糸を用意する。
- ・布を保持させる際の工夫：刺繍の木枠やタブレットスタンドを用意し、筋緊張が強い場合には左手指の代わりとさせる。



写真5 布の種類や補助具

上段左から、フェルト、麻布

下段、毛糸、刺繍の木枠、タブレットスタンド

(1) 成果

①自立活動の年間計画の作成・活用

年間計画を作成することで、今回のようにスモールステップの指導が必要な児童に対して教師が見通しをもって指導をすることができる。日々の実践で「重点的に支援が必要な点」「効果的な声掛け」などを年間計画に書き込むことで、新年度の引き継ぎが容易になったり、個別の指導計画の作成にも反映させたりすることができる。また、個別の指導計画や個別の支援計画に加え自立活動の年間計画を参照することで、実態把握後の指導・支援がより計画的かつ具体的になると考えられる。

②医療（リハビリ含む）との連携

Aさんの指導にあたっては、訪問リハビリのPT（理学療法士）の方、Bさんの指導にあたっては、県立子ども病院のOT（作業療法士）の方と情報の共有をした。そうすることで、医療側も日常の様子から課題に対する新たなリハビリの方法を見付けることができていた。また、教師も医学的、理学的、作業療法的な観点から助言を受けることで自立活動を効果的に指導することができる。関係機関との継続的に連携をすることは、児童に切れ目のない支援を提供することにもつながる。

③成長の見える化

肢体不自由児の自立活動は機能訓練ベースにあるが、自身の成長がタブレットや作品として見える化されることで、Aさんのように児童が自分の課題に気付いたり、Bさんのように自信を持って次の段階に挑戦したりすることができると考えられる。これは、他の特別支援学級の児童にも有効であり、特別支援教育が「個別最適な学び」により近付く考える。

(2) 課題

①繰り返し指導することの必要性

移乗や必要な場面で手指を使うことを指導することができた。今後の体の成長や学習用具の変化に合わせて、指導方法を変えながら確実に身に付けさせる必要がある。しかし、通常学校では、行事が続く月や交流学习の引率の関係で自立活動の時間を保証できないことがあると感じた。15分単位のモジュールなどで自立活動の時間を確保して指導していきたい。

②支援員との連携

今回の指導にあたり支援員とTTの形式で指導を実施することがあった。児童の筋肉の張りや腕の角度など、担任や支援員の感覚に委ねられる部分があり、完全に統一した基準で指導を行うことが難しかった。また、複式的に指導をする場面でも難しさ

を感じた。具体的には、Aさんの移乗を補助している間に、Bさんに活動の指示を出したり、作品の仕上がりに声掛けしたりするといった具合である。改善策として、移乗の際の安全確保を優先すると教師の視界が限定されるので、両者が入るように場の設定を工夫する必要がある。

【参考文献】

- ・ 特別支援学校学習指導要領解説 各教科等編（小学部・中等部）平成 30 年 3 月 文部科学省
- ・ 特別支援学校学習指導要領解説・学習指導要領解説 自立活動編（幼稚部・小学部・中等部）平成 30 年 3 月 文部科学省
- ・ 肢体不自由教育の理念と実践（第 11 刷） 令和 4 年 11 月 13 日 筑波大学附属桐ヶ丘特別支援学校
- ・ 肢体不自由のある子どもの教科指導 Q & A ～「見えにくさ・とらえにくさ」をふまえた確かな実践～（初版第 3 刷）
平成 31 年 4 月 25 日 筑波大学附属桐ヶ丘特別支援学校
- ・ 肢体不自由のある子どものプール活動 令和元年 12 月 香川県情報教育サービス
(https://www.kagawa-edu.jp/takayo01/kyouikusoudan/r01/sitaihujiyuunoarukodomono_pool_201911.pdf)