障害者スポーツ等指導事例集

三宅　那海　«レインボーフラワーズ»

和田　啓太　«どうぶつ»

竹尾　康孝　«ソーラン節»

髙宮　悠樹　«すすめ！だんご！»

平成３０年３月

東京都教育委員会

野村　佳世　«大きい猫»

梅澤　快斗　«やる気ネクタイ»

吉井　美海子　«「あかとみどりのかべ」»

ブリントン　陸　«無題»

はじめに

都教育委員会は、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会を契機として、都立特別支援学校において、様々な障害者スポーツ等を取り入れ、体育の授業や体育的活動及び小学校・中学校等の児童・生徒や地域住民との交流の充実を図るよう、平成27年度から、「特別支援学校におけるスポーツ教育推進事業」を実施しています。

児童・生徒が、個々の実態に応じた、様々な障害者スポーツ等を経験することは、積極的に運動に取り組む意欲や態度の形成、運動を続けることの習慣化、運動能力や体力の向上が図られるなど、生涯にわたってスポーツに親しむための基礎づくりにつながります。

この度、各学校の教育活動に活用していただくために、スポーツ教育推進校が取り組んできた実践を事例集としてまとめました。

各学校においては、本事例集を参考にしていただき、各学校の児童・生徒の興味・関心や実態に応じた障害者スポーツ等を取り入れ、創意工夫のある活動を実践し、体育的活動や交流を充実していただきますよう、お願い申し上げます。

目 次

はじめに

障害者スポーツ …… 3

Ⅰ 授業編 …… 5

ジャベリックスロー …… 6
シッティングバレーボール …… 8
卓球バレー …… 10
フライングディスク① …… 12
フライングディスク② …… 14
ドッチビーマイセルフ …… 16
カローリング …… 18
フラッグフットボール …… 20
キックベースボール …… 22
ラウンドゴルフ …… 24
フラフープ …… 26
ダンス …… 28

Ⅱ 交流編 …… 31

フロアバレーボール …… 32
ゲートボール …… 34
ボウリング …… 36
ダンス …… 38
ボッチャ① …… 40
ボッチャ② …… 42
Go　To チェア …… 44

障害者スポーツ

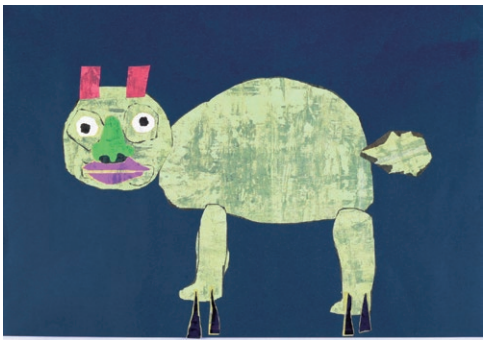
障害があってもスポーツ活動ができるよう、障害に応じて競技規則や実施方法を変更したり、用具等を用いて障害を補ったりする工夫・適合・開発がされたスポーツのことを指します。そのためアダプテッド・スポーツともいわれます。当初は、医学的なリハビリテーションを目的として発展した側面もありますが、現在では、障害のある人のみならず、障害のない人も参加する場面が見られます。

※アダプテッド・スポーツ

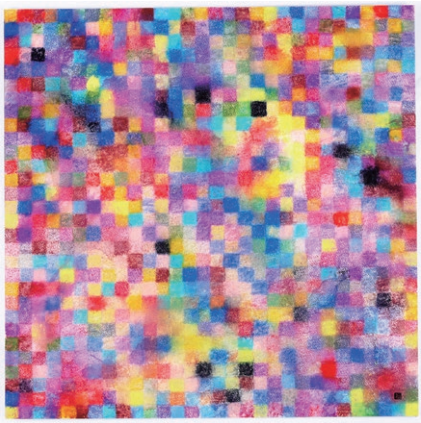
障害のある人はもとより、年齢や性別にかかわらず、誰もが参加できるよう、新たに開発・修正されたスポーツや運動、レクリエーションのことをいいます。個々人の心身の状況に用具やルールを適合させ、誰もが参加しやすいような工夫がされています。

参考：東京都障害者スポーツ振興計画（平成24年3月）

伊藤　脩貴　«ふしぎな木»



小宮　玲夏　«ふしぎないきもの»



市川　音穏　«私のパズル»

山内　理生　«はじめて　しゃべった言葉は　ブルー»