

令和元年度 学長戦略経費（公募型プロジェクト）研究成果概要報告書

経費の種類	<input checked="" type="checkbox"/> 共同研究推進 <input type="checkbox"/> 若手教員研究支援 <input type="checkbox"/> 個人研究支援 <input type="checkbox"/> 研究推進重点設備 <input type="checkbox"/> 研究推進設備修繕
プロジェクトの名称	余暇活動の充実に向けた体育活動の実践～冬季間の運動量の確保を目指した取組～
報告者氏名・所属・職名	清水 拓海 ・ 附属特別支援学校 ・ 教諭
プロジェクト担当者氏名・所属・職名	北海道教育大学函館校・教授・細谷一博 土屋和彦・北海道教育大学附属特別支援学校高等部・教諭 宮野 健・北海道教育大学附属特別支援学校高等部・教諭 齊藤留美・北海道教育大学附属特別支援学校高等部・教諭 早坂洋次郎・北海道教育大学附属特別支援学校高等部・教諭 小石優子・北海道教育大学附属特別支援学校高等部・教諭 加藤順也・北海道教育大学附属特別支援学校高等部・教諭 古城 瞳・北海道教育大学附属特別支援学校高等部・教諭 山口詠子・北海道教育大学附属特別支援学校高等部・教諭
研究内容及び成果の概要	
<p>本プロジェクトは、特別支援学校高等部生徒の冬季間の余暇活動の充実および、冬季間の運動量の確保を目指した取り組みとして、北海道教育大学附属特別支援学校高等部生徒17名（男子10名、女子7名）を対象に、教育課程の中にスノーシューイングの活動を設定し、本校グラウンドおよびグリーンピア大沼で授業を行った。授業の中で対象生徒にスノーシューイングの活動の際に心拍計を着用し、運動量や運動強度および消費カロリー、活動時間内での心拍量の変化を測定し、室内での活動との比較によって有酸素運動として望ましい活動となりうるかどうか検討するとともに、肥満解消の観点から、生徒が長期的に取り組みやすい実施方法を検討することとした。活動の実施が2月下旬だったことと、新型コロナウイルス感染症予防のため、授業の回数が減ってしまい、データの測定が十分にできていないが、「スペシャルオリンピックス日本・北海道（以下：SON北海道）」の練習時に試験的に測定したデータを活用し、生徒の冬季間の運動量の確保を目指す取り組みとして効果的かどうかや、取り組み方について検討するとともに、次年度以降の取り組みや、中学部、小学部児童生徒への取り組みとして広げていくことが可能かどうか、活動内容として発信できる内容になるかどうか検討したい。</p> <p>授業は2月4日、2月18日、2月25日の3回実施する予定だったが、2月25日は新型コロナウイルス感染症対策として、校外での学習を中止したため、2回実施となった。授業前の聞き取り調査では、スノーシューの活動について、「やったことがないから心配」「わからない」と答えた生徒が多かったが、学習終了後に行った感想の聞き取りおよびアンケートでは、「簡単だった」「楽しかった」「いっぱい走れた」「競争した」など、意識の変化が見られた。</p> <p>また、2月4日に行ったオリエンテーションおよび本校グラウンドにおいてのスノーシュー体験の学習において、講師に北海道教育大学函館校の細谷教授を招き「SON北海道」の活動の様子や「スペシャルオリンピックス日本ナショナルゲーム」の大会の様子を紹介することで、SON北海道の活動に興味をもち、今後の参加を申し込みたいと言った生徒もいたが、新型コロナウイルス感染症対策で大学でのサークル活動ができなくなり、SONの活動が中止となってしまったため、今年度の参加には至らなかった。</p> <p>本プロジェクトにおいては、授業で生徒に取り組む活動をし、SON北海道の活動につながっていく可能性を示唆できたことから、継続が難しいといわれている余暇活動の充実と、冬季間の運動量の確保について、一定の成果があったと考える。</p>	
成果の公表の状況	
【著書】	
【学術論文】	

教育現場で活用可能な分野・教材等	
・スノーシュー活動実施計画 ・スノーシューオリエンテーション資料（プレゼンテーション）	
配布又はダウンロード可能な資料	
問合わせ先	代表者：清水 拓海 電 話：0138-46-2515 FAX : 0138-47-8729 mail : takumi.shimizu@h.hokkyodai.ac.jp