

カラフルミニハードル



指導目標

○様々な姿勢を保持する力やバランス感覚を高める。

指導方法

○カラフルな5個のハードル（数字付き）を自身で並べる。（等間隔になるよう教員が支援する）

○スタートラインを決め、声掛けでハードルを両足で跳ぶ。「1・2・3・4・5」と発声しながら両足で跳ぶよう支援を行う。

○ハードルがカラフルで数字がふってあることで数字に親しみ、色の学習も兼ねながら活動を行えるように支援を行う。

お菓子の箱を倒せ



指導目標

○口の周りの筋肉をつける。

指導方法

○吹き戻しを使用し、目標物を倒す。

○吹き戻しをくわえる時に、歯で噛まないようにする。（歯の前にくわえる部分がくるようにくわえさせる。）

発音カード



指導目標

○目で見て分かる形で、口の中や周囲を意識することで発音を促す。

指導方法

○カードを見せると共に、指導者の口も見せ、正しい発音を聞かせて、発声を促す。

○交互に見せたり、横に動かしたりすることで、口の動かし方の練習や伸ばす音（長音）の練習を促す。

押して進むくん



指導目標

○ぞうきんがけの際の身体の動きを知り、できるようになること。

○力加減を調整したり、速さを考えたりすること。

○始点から終点までの完結ができること。

○友だちと協力すること。

指導方法

○押して動かし、進んでいく。（難しい場合は、支援する。）

○終点に印を置き、向きを変えて往復する。

○箱の高さを変化させ、床面に近づけていく。

○発展：バトンに見立てて、友だちとのリレー形式で行う。

マフラー・洋服作り



指導目標

- 手首を返す動きを高める。
- 対象にマフラーや洋服を作ろうという前向きな気持ちから、一定量の課題を集中して取り組める力を高める。

指導方法

- 生徒の好きなキャラクターをラミネートする。
- ラミネートされたキャラクターの首あたりにテープで毛糸を止める。
- 毛糸を巻き付ける手首を回すことでキャラクターのマフラー・洋服が作られていくことを伝え、その後生徒の様子を見守る。

プットイン de 腹筋/咀嚼カウンター



指導目標

- 咀嚼回数を増やす。
- お腹まわりの脂肪を燃焼させる。

指導方法

- 給食の時間にカウンターを使用する。噛む回数を目で見えてわかりやすくすることにより、食べ物の噛む意識させる。
- 写真のようにプットイン教材を設置し、活動することで、自然と腹筋運動を行い脂肪燃焼に繋がっている。

センサーマット



指導目標

○手で触れたり足で踏んだりして、ざらざら、ふわふわ、でこぼこなどの様々な感覚遊びを楽しみ、五感を刺激する。

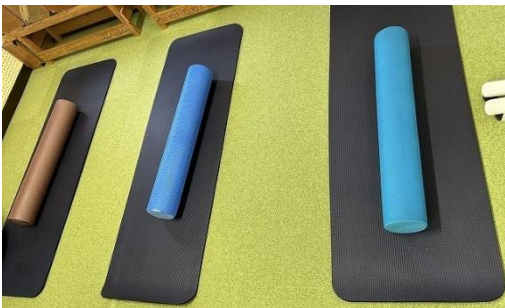
指導方法

○教材を提示し、自分の力で最後までできるように見守る。

○子どもの興味を引くようにマットを提示し、自由に触らせて感覚を味わわせる。

○遊びを通して、マットの感触を言葉で表現させたり、マットの上で様々な動きを試させたりすることで、より深く感覚を理解させる。

ストレッチポール



指導目標

○体幹が鍛え、安定した姿勢を取れるようになると精神的に安定し色々な活動に落ち着いて取り組めるようになる。身体が整えば、心も整います。心が整えば、心のゆとりをイメージして取り組めると良い。

指導方法

○ストレッチポールを活用することで、自分で上手く体を動かせない子どもでも身体各部位・関節のストレッチ、バランストレーニング、関節の可動域を広げることなどの運動効果がある。5分毎日乗っているだけでも内転筋を鍛える効果がある。

楽しみながら！息のコントロール・口形練習



指導目標

○息をコントロールし、口形を意識しながら吹きゴマをゴールの穴まで入れる。

指導方法

○「う」の口形が苦手な児童に対して、意識的にできるように、また楽しくできるようにゲーム的に行ってもよい。

倒せない机と椅子



指導目標

○姿勢保持を意識して、椅子に座る。

○机を押し倒す自己刺激的行動を抑制し、情緒の安定を図る。

○椅子を後ろに倒し、怪我をしないようにする。

指導方法

○姿勢を保持し、落ち着いて学習活動に参加する習慣をつける。

○机を倒せないように設置することで、机を倒して周りからの注目を浴びるという望ましくない行動の強化をなくす。

バランスストーン



指導目標

- バランス感覚や足裏を刺激し、全身のコントロール力を鍛える。
- 体幹を鍛え、身体のバランスを整えることで、姿勢の保持・運動技能の向上・脳の発達と認知能力の向上などを目指す。

指導方法

- ①ストーンを並べて、飛び石のようにジャンプして進む。
☆高低差をつけながら難易度をあげていく。
☆色や形をバリエーションで並べて視覚的刺激も加えていく。

<使うもの>

- カゴ ○カラーボール バランスストーン
- ①バランス ストーンに乗る。
- ②教員が高く上に持っているカゴに背伸びして入れる。
☆難しい児童は床の上で行う。

マッサージガン 筋膜リリース



指導目標

- 日頃の姿勢や生活習慣で凝り固まった筋肉を、他者や自分自身でケアをしてリラックスする。

指導方法

- マット等を敷いた上に生徒はリラックスできる姿勢で待機して、そこに他者がガンのスイッチを入れ生徒のケアが必要な部位に押し当てる。自分でケアする場合は、スイッチの入れ方を指導して、座ったり寝たりしながら自身で気になる部位に押し当ててケアを行えるようサポートする。

狙って吹いて



指導目標

- 口の周りの筋肉を鍛える。
 - 遊び（ゲーム）を通して集中力や注意力を高める。
 - 呼吸をコントロールする力を養う。
 - ①吹き戻しを吹いて、ボールを押し出すことができる。
 - ②ボールやカップを狙って、ボールを押し出すことができる。
- ボールの勢いをコントロールすることができる。

指導方法

- 吹き戻し（ピロピロ）で、ボールを押し出し、カップにボールを入れる。
 - ・上手くボールを狙えず押し出すことができない場合は、ボールにシール等の目印をつけて、狙いやすくする。ボールの位置は左右に動かしてもよい。
 - ・ポイント制にして、ボールがカップに入ったら1ポイントとして、最後にポイントを数える。
- ※友達との対戦形式でもよい
- ※ホッケーゲームのようにして、お互いにボールを吹き戻しで打ち合う形式でもよい。

アコードメジャー（和音笛）



指導目標

- 口の筋肉を鍛える。
- 言葉の発音をよりよくする。
- ロングトーンの練習を通してより長い文章で話せるようにする。
- 鼻呼吸ができるようにする。
- 発語のための土台作りを行う。

指導方法

- 好きな笛を選び「フー」と言葉がけをし、生徒が自発的に吹くのを待つ。
- 音が出せたら、ロングトーンで吹けるよう見本を見せつつ生徒を見守る。
- 教員も笛を吹き、掛け合いなどをしながら吹く。

ファシリテーションボール



指導目標

○ボールで身体の動かし方を意識してバランスを取れるようになると精神面も安定し、色んな動作ができることにより、身体の健康保持につながる。

○身体の力の抜き方を覚えて気持を休め方を知る。

指導方法

①ボールに座って上半身を倒れないように保持

②座ったまま左右前後にバランスをとって動く

③落ちないように介助し、身体の力を抜いて、うつ伏せ、仰向けにの姿勢を取る。

④ボールに座りぼんぼん跳ねる動作

身体全身を使うので継続すると身体の使い方が上手になり、バランス感覚を養うとともに、力あのかたく肩を覚えると「休むことが気持ちいい」という概念が根付いて精神の安定につながる。

歩行バランスの取れないお子さんには書籍を参考にしてもよいと思います。