

令和3年度

兵庫県立視覚特別支援学校

支援部

# アイ・あい だより



3月号



## ～卒業シーズン～



今年度も残すところあと1か月となりました。本校の教育相談や集団活動はいかがでしたか？教育相談や活動を通して、日々の中で子どもたちの成長を感じていただけたら幸いです。これからも支援部では、保護者や担任の先生方とともに、子どもたちの成長を見つめ、ひとつひとつの変化を喜び合いながら、支え合っていきたいと考えています。

さて、来年度の教育相談ですが、4月の相談につきましては、4月1日以降に電話でご連絡ください。なお、4月は入学の子どもさんの校内サポートを行う関係で、ご希望の相談日時や回数が取れないこともあります。ご理解ください。5月以降につきましては、校外の教育相談を中心にしていく予定です。どうぞよろしくお願いいたします。

## スポーツ紹介「フラインドサッカー」

パラリンピックの正式種目であるブラインドサッカー（5人制サッカー）は視覚に障がい（全盲～光覚）のある選手が行うサッカーで、弱視の選手が行うサッカーをロービジョンサッカーと言います。基本的なルールはフットサルと同じですが、音が鳴る専用のボールを使い、ゴールキーパー以外のフィールドプレイヤーはアイマスクを着用します。ゴールキーパーは晴眼者もしくは弱視の選手が努めます。また、相手チームのゴール裏のガイド（コーラー）が相手や味方の位置、ゴールまでの距離、シュートのタイミングなどを声で伝えます。選手同士の声の掛け合いも含めたコミュニケーションが勝負のカギを握ります。

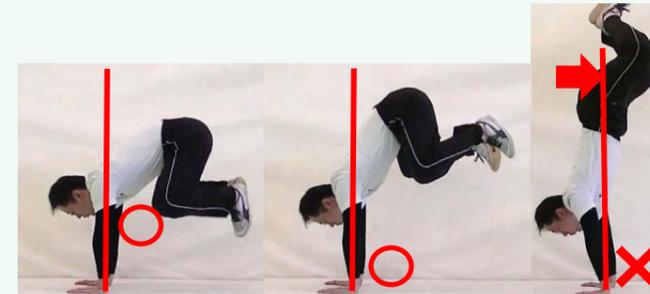


## 跳び箱～恐怖のジャンプから楽しいジャンプへ～

跳び箱運動は、日常生活では体験できない感覚ばかりで、その恐怖心から苦手になることがあります。無理に高くしたり、急に勢いよく走って跳んでケガをすると、ますます跳べなくなります。まずは跳び箱の基本動作を体験することから始めましょう。

### ・カエルの足打ち（跳ぶ姿勢）

両腕を床に着き、空中で両足の裏で拍手をします。最初は低い位置から徐々に足を高く上げます。腰が手首より前になると腕で支えきれなくなるので、その時は支援者が軽く押さえます。



### ・カエル歩行（空中動作）

腕立て伏せの姿勢から手は床で、両足でジャンプします。手首より前で着地をしてから手を地面から離します。着地の目印を細い紐など、足に感触が残るものにするとうりやすくなります。



### ・跳び越える

固めの枕や段ボール（中に物を入れて補強をする）など低いものを跳び越えます。まずはしゃがんだ状態から肘をまっすぐ伸ばします。無理に手を遠くに着くのではなく、自然と端に手が届くものを選んでみましょう。支援者の人は、跳ぶときに胸のあたりを軽く支えるくらいのつもりで補助をします。思い切って跳べないようなら、反対の手でお尻を押してあげましょう。



### ・跳び箱に挑戦

しゃがんだ状態から肘をまっすぐ伸ばして、跳び箱に指を引っかけます。手の平に感触の残るものを跳び箱に貼るとわかりやすくなります。体を後ろに引きながら、膝を曲げて跳びます。助走をする場合は、1歩片足ジャンプ→踏切り姿勢（踏切と同時に必ず手は跳び箱）→跳ぶです。助走と踏切場所の足の感触を変えると踏切場所がわかりやすくなります。視覚障害者に「走って踏切って手は跳び箱の奥に」と言われても恐怖でしかありません。跳び箱は、踏切り姿勢、空中動作、体を支えることができれば跳ぶことができます。（高い跳び箱は別）



（指を引っかける）



（体を後ろに引く）（助走の後は踏切と同時に手を着く）

