

みんなで奏でる「わにタイムの歌」

— 「世界一？」の自立活動をめざして —

大阪精神医療センター分教室

1 児童生徒の実態

本分教室に在籍する児童生徒は、精神疾患・心身症の病気圏や、発達障害の診断または傾向があり、その多くは成育歴において十分な愛着形成ができていない。そのため、対人関係スキルが身につけていないことや、自身の感情コントロールが難しく言語化できないため、暴言暴力によるトラブルが多い。そこで、自立活動の授業として、『わにタイム』を4年前より設定し、指導実践を進めてきた。『わにタイム』は、病棟での昼食後、午後の授業開始時間である、13時から30分間実施している。小学生と中学生と一緒に活動する数少ない授業であり、本分教室の全教員が参加している。天候に合わせて、分教室前のグラウンドや教室を使い活動している。

2 『わにタイム』の概要

(1) わにタイムのねらい

児童生徒に伝えている『わにタイム』の目標は、「ルールを守り、仲良く楽しく活動すること」である。この活動では、自立活動指導の観点項目である、「健康の保持」、「心理的な安定」、「人間関係の形成」、「身体の動き」、「コミュニケーション」のスキルや機能の向上をめざしている。つまり、からだを動かし、自ら考えて、仲間と助け合う経験を増やしたいと考えた。

また、不登校やいじめ、虐待経験のある児童生徒にとって、安心した環境の中で、思いっきり児童生徒が笑顔になることも大きな目標だ。そのため、この活動の大事なポイントの一つは、教員が感じた感情である「悔しい・楽しい・緊張する」等を児童生徒に言語化し表現することである。教員が感情を言語化し表現する姿を児童生徒が見て学ぶことができる。

さらに、児童生徒がスリルを味わう中で、緊張や興奮を感じる中、その状態をいかにコントロールするかを経験し、達成感や楽しみを感じられるようにしている。そして、教員からの指示を聞き理解し行動できる力を身につけ、困った時や分からないことを質問したり助けを求めたりすることができるようになってほしいと思う。小学生と中学生と一緒に活動するので、異年齢の子ども同士の関係づくり、他者理解も期待できる。予定変更に弱い児童生徒ではあるが、活動途中にあえて、より活動を面白くするためにルールの変更等を入れている。また、勝ち負けをつける活動も取り入れて、勝つ喜びや負ける悔しさを感じると共に、活動が終われば切り替えて次の授業を受けることができるように、自己の気持ちをコントロールする力も育てている。負けてもいい、失敗してもいい、その恐怖心に打ち勝つ、チャレンジする勇気を持ってほしい。

「わにタイム」のねらい

小学生・中学生と一緒に、ルールを守って、仲良く遊ぼう！

- ◆きもちの表現・コントロール →教員の積極的な感情表現
- ◆スリル体験 →緊張のコントロール 楽しみ
- ◆コミュニケーションスキルの向上→言葉の理解(役割遂行度)、援助要求
異年齢の子どもへの反応、他者理解
- ◆運動スキル→知覚統合、感覚特性の有無
- ◆予定変更への反応
- ◆勝ち負けへの執着の軽減
- ◆自己選択 責任 失敗への恐怖心

★トラブルから学ぶ

★教師と子どもの関係のリセット

見守る 離れる →見えるもの 感じるもの

I 実践報告

この活動中や活動後に、わにタイムに関わって児童生徒同士でのトラブルが起こることもある。しかし、その時こそ教員としては指導のチャンスと捉え、児童生徒とその時の出来事や思いを振り返り、解決していく力の醸成に努めている。またこの活動では、教員が児童生徒の様子を観察する機会にもなり、座学での授業場面とは違った様子やストレス、課題をみつけられることもあった。

(2) これまでの成果 ～令和4・5年度の実践から～

令和4年度からオリジナルの遊びを教員で考案したり、児童生徒と相談したりしながら、新たな活動を模索してきた。流行りのテレビ番組からヒントを得たり、老人介護でのリハビリに使われているプログラムを改編したり、体育授業の実践例を参考にしたり、演劇の俳優からの指導を受けたり、様々なジャンルを融合した活動となっていく。

本分教室では、登校時間については児童生徒と話し合いながら設定しているが、「わにタイム」だけの参加は認めていない。よって、教科の授業への参加が条件となる。初めて参加する児童生徒は、緊張しながら遊びに参加するため、中には参加を渋る児童生徒がいる。教員から、見学でもいいと伝えており、参加している児童生徒の様子を見ながら、参加したい意欲を待つ。負けたり、失敗したり、恥をかいたりすることを児童生徒も教員も楽しみながら受け入れる姿を見て、「何やらおもしろいぞ」、「これならやってみるか」と思えば参加するようになった。「わにタイムがあるから、分教室に通いたい！登校時間を伸ばしたい！」「わにタイム、めっちゃ楽しかった。」との児童生徒の声が聞かれるたびに、児童生徒も教員も笑顔が増えていった。

自信をつけた児童生徒は、次々と成長・変化を見せるようになった。授業開始や終了の挨拶の態度や姿勢が良くなり、用具の片付けを率先して行い、仲間同士への気づかいや言葉かけが増え、難しくてもできなくても諦めない心を持ってチャレンジするようになり、考える力や伝える力が向上し、リーダーシップを発揮する児童生徒が出てきた。さらには、教員が話し合うテーマを与えると、児童生徒だけで話し合い意見をまとめることができるようになってきた。ここまでの成長・変化は予想できなかった。

3 令和6年度の『わにタイム』のねらい

(1) 「わにタイムの歌」の誕生

令和6年度のわにタイムでは、授業の最初に、「わにタイムの歌」を歌うことにした。この曲は、これまでの活動で見てきた児童生徒の成長する姿と児童生徒に伝えたいメッセージを歌詞にした。また、子ども向けアニメ番組のメロディーをヒントに教員が作曲した。世界でここにしかない曲となった。歌詞に込めた思い3つだ。

☆「リーダーシップ」を発揮してほしい

☆失敗を乗り越えてほしい

☆応援をされた時に発揮できる力を実感してほしい

わにタイムの歌

できない わからない 恥ずかしい
ケンカに トラブル 負けまくり
それでも 誰でも チャンスはあるんだ
だから 考えて できること
見つけて わになるぞ！

わーにタイム 小学生 中学生
わにわにわにわにタイム
リーダーシップ アグレッシブ
失敗は へっちゃらさ
応援は 最高さ

We are No.1
世界一だね！

(2) 学期ごとに設定した目標

①1学期「新しいことにチャレンジする力」をつけよう！

1学期のわにタイムは、32回実施した。なんと、全て違う種目を準備し、児童生徒にチャレンジしてもらった。発達障がいのある児童生徒は、一般的に変化に弱いとされている。し

I 実践報告

かし、あえて変化に耐える力や状況に応じて合わせる力を身につけてもらうため、トラブル等の不安があるなか実施した。日に日に児童生徒の様子が変わっていった。その日のわにタイムの内容の説明を行う時に、教員の説明を真剣に聞くようになり、質問ができるようになってきた。

②2 学期『『わになる』ために、できることを考える力』をつけよう！

2 学期は 10 月末に学習発表会に向けて、児童生徒が一つのチームとして活動する種目を多く設定した。児童生徒チームと先生チームでの対戦する種目を多く取り入れ、同じ種目を何度か設定して勝ち負けの回数を集計し、2 学期のトータルでどちらが多く勝てたかを競った。すると、自然に協力することや団結力を身につけていった。児童生徒が作戦を話し合ったり、苦手そうにしている小学生に中学生が声をかけたりするようになった。

「わになる」とは何かを児童生徒に問い続けた 2 学期だった。その答えは、「協力すること」、「諦めないこと」、「困っている人を助けること」、「応援すること」と児童生徒は、言葉にするだけでなく、態度や行動で示してくれるようになった。

③3 学期「わになる力のその先に・・・」

入退院により、児童生徒の入れ替わりはあるものの、令和 6 年度のわにタイムには、過去に在籍した児童生徒の「わになる」雰囲気が残っていた。わにタイムだけでなく、他の教科の授業においても、「わになる」雰囲気や空気のおかげか、それぞれが目標を持って過ごしているように思えた。そのため、3 学期は、さらに新しい種目を開発し挑戦してもらった。児童生徒がわになる力のその先にある何かを見つけた姿を、いつか紹介したい。

（3）令和 6 年度にヒットした種目「わにますバトル」

①ルール

★教室一面に 1 辺 30 cm 幅のマットを、少し隙間をあけて右図のように敷き詰める。

★マットの上を、「わにます」の掛け声に合わせて、1 枚ずつジャンプして進む。

★児童生徒チームと先生チームと分かれて右図の上下のマスから 1 人ずつスタートしていく。

★同じマスに乗らないように、同じチームのメンバーで事前に相談しながら動いていく。同じチームや相手チームと同じマスに重なった場合は、スタートに戻る。

★自分のチームのスタートとは反対のマスまでいくことができれば、1 点が入る。多くの点が入ったチームが勝ちとなる。

★児童生徒から、マスを大きく飛び越えてワープできるルールを追加してはどうかと提案があり、「わーにーゾーン」を作った。



②児童生徒の様子

児童生徒同士や先生チームと同じマスになると、スタートに戻らなくてはならないため、悔しさや恥ずかしさが爆発し大泣きして怒り出す児童や、失敗の責任を押し付け合うように喧嘩をします児童生徒もいた。その際には、教員は介入せず見守るようにした。児童生徒で解決するように促すと、児童生徒が積極的に声をかけるようになり、プレイに戻ることができるようになった。諦めない気持ちを育む遊びとして定着した。2 学期に計 7 回対戦し、結果は 2 勝 4 分 1 敗で児童生徒チームの勝利だった。

I 実践報告

③さらなる進化

この種目を始めた頃、「見学する」と言って参加できない児童がいた。その児童に対して、教員が、ルールを理解ができていないことや、失敗したくないことから参加を拒んでいると考え、その児童の総合的な学習の時間に、児童机で卓上版わにますを用意して、消しゴムをコマにして練習を行った。するとルールを理解し自信をつけ、わにタイムの時間に参加することができた。

これをきっかけに、「卓上版わにます」であれば、他の病院にある分教室に在籍している運動や場所に制限のある児童生徒でも、楽しめるのではないかと考え、小学生の総合的な学習の時間に作成・開発を行った。「わにますシート」と命名し、本分教室の教員や他の児童生徒に体験してもらい工夫を重ね完成した。

そして、他の分教室の児童に体験してもらったところ、大盛り上がりとなり、そのままプレゼントすることにした。喜んでいたことを、作成した児童に報告すると、とても喜び、増産することになった。

4 思い出に残る自立活動をめざして

(1) 分教室でのたくさんの種を持ち帰ってほしい！

令和4年度から3年間で実施した「わにタイム」の種目は、56を数える。限られた環境の中で、常に新しい視点と発想を自分に課してきた。そこには、児童生徒に挑戦する姿勢を教える、伝える教師として、自らがその姿勢を示すことが大切だと考えるからだ。

次の「わにタイム」に備えて考えることで、自然と児童生徒をより観察するようになった。授業や何気ない会話、面談などの機会に児童生徒の心身の状態を分析し、さらには児童生徒間の人間関係などにも目を配るようになった。そして何より、教員間での情報の共有により、さまざまな視点で多角的に児童生徒をアセスメントできるようになっている。加えて、保護者や、病棟の主治医、看護師、保育士、心理士などからの情報がもたらされることで、解像度の高いアセスメントが可能となった。しかし、精神科領域の病気や人間の心理面においては、そのすべてが解明されているわけではなく、過去の養育環境や人間関係等の影響も色濃いとされる。そのため、児童生徒の変化に一喜一憂してはいけないのも事実だ。よって、分教室においては粘り強く対応し経験や体験を増やしておく必要がある。そして、分教室での成長と自信が一粒の種になり、児童生徒が退院し地域で生活し、学校生活を送る際には、芽が出て新たな花を咲かすことができればと、常に願っている。

(2) わにタイムの歌を奏でれば

令和6年度より、「わにタイム」の最初に歌ってきた「わにタイムの歌」。児童生徒の反応は、当初は、ポカンとする表情が並んでいた。その顔を何度か見ると、歌唱することに挫けそうになったが、歌い続けた。すると、次第に教員だけでなく児童生徒も手拍子をするようになり、口ずさむ児童が出てきた。一緒に歌いだす児童が出てくると笑顔も増え始めた。他の授業の時間に、口ずさみながら学習や活動に励む姿も見られるようになった。「この歌、頭から離れへん」、「絶対忘れられへんわ」、「YouTube にあげてよ」の声が聞かれるようになった。

歌が思い出になり、児童生徒のその後の人生で壁に差し掛かった時、力になることを願って、今日も歌っている。音楽アプリで作曲できる教員にカラオケ版を作ってもらった。カラオケボックスで歌うかの如く、動画編集を加えた。分教室の教員が、日替わりでマイクを持ち、わにタイムのステージに立って歌っている。その姿を見て、児童生徒は何を感じ取るのか、楽しみだ。