

# 実習の学びと効果

難易度による段階付け（スモールステップ）の積み重ねや遊びやゲーム性を取り入れた学びのプロセスによって、子どもの発達段階に合わせて、大切な身体の使い方や協調性・考える力を無理なく楽しく学ぶことができた。



からだ・運動

- 体幹（姿勢を保ったり、踏ん張る力）が強くなった。
- 周囲と自分の把握で認知力が向上した。
- ハンドル・ブレーキ操作により、目と手の協応動作が向上した。
- 自転車運転中の様々な動きでバランス感覚が磨かれた。
- ペダル操作や足の蹴り出しによって、両足の協調性が向上した。



こころ・きづき

- 環境の小さな変化に対して、考えて行動する力が鍛えられた。
- 列に並び、順番を守ったり、みんなで走る中で協調性を養った。
- 他の人から学んだり、共感することで学びの互恵性が生まれた。
- 信号や標識を通して、交通ルールやルールの意味自体を学べた。
- できることを積み上げ、挑戦する中で自信をつけることができた。

## 実習を終えて

実習後、生徒の方々からいただいた素敵な絵手紙には、楽しそうな色や自転車が広がっていました。最初の頃より体の使い方が上手になり、いろんなことができるようになることで生徒の笑顔が増えたという、嬉しい声もいただき、この自転車教育実習を生徒の方々にとって有意義なものにできたという実感と「もっとよくなりたい」という前向きな思いが芽生えました。



素敵な感想の絵手紙

### 「この実習についてもっと知りたい」

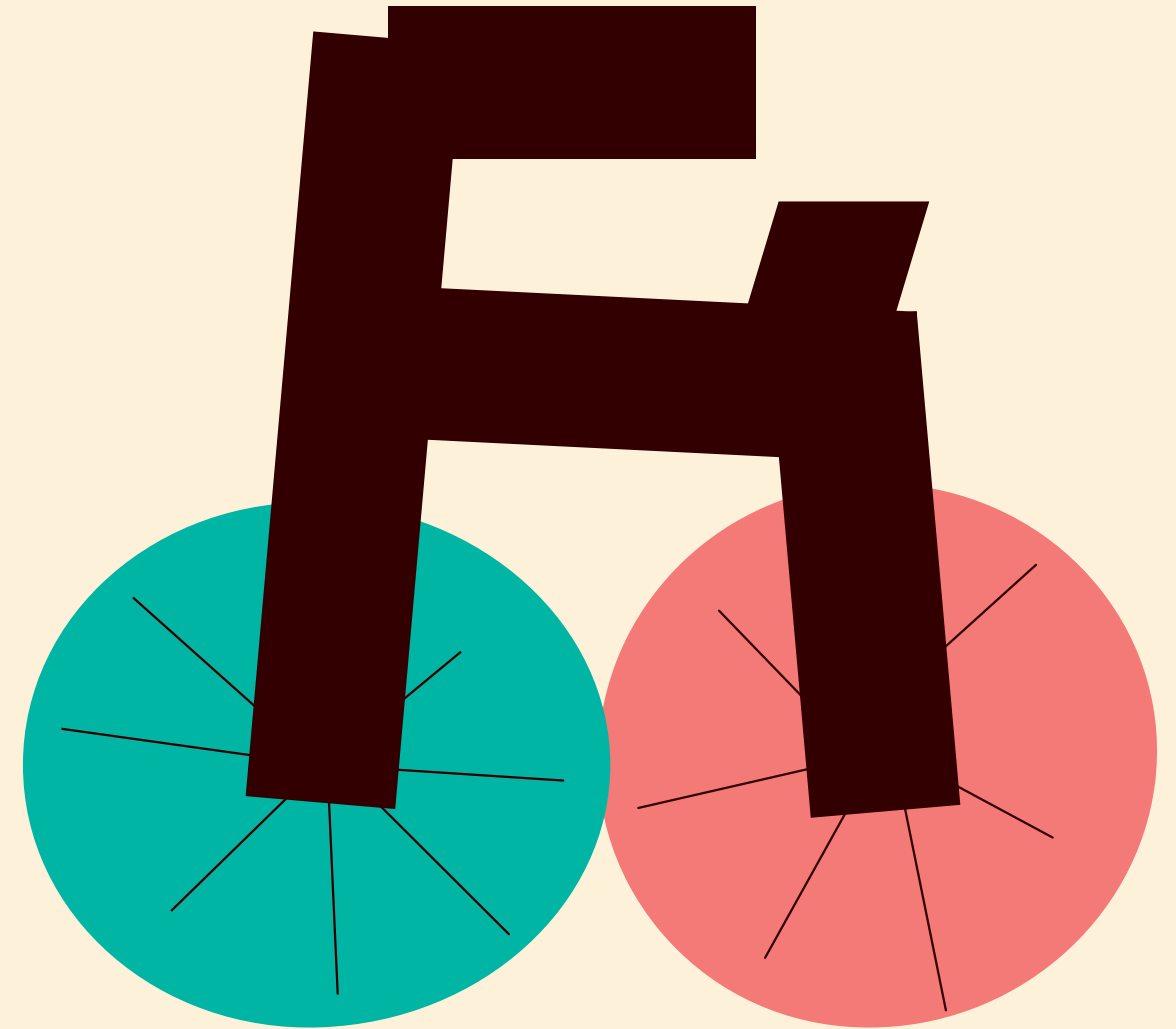
あおぞら財団まで、お気軽にお問い合わせください。  
本実習の詳細がわかる資料や情報をお渡しさせていただきます。

公益財団法人 公害地域再生センター（あおぞら財団）  
555-0013 大阪府大阪市西淀川区千舟1-1-1  
Tel 06-6475-8885 / Mail [webmaster@aozora.or.jp](mailto:webmaster@aozora.or.jp)  
URL <http://aozora.or.jp>

協力：一般社団法人市民自転車学校プロジェクト(CCSP)

2020年2月 発行

# 子どもの発達と 自転車教育



## 奈良西養護学校の取り組みから

本研究は、公益財団法人交通エコロジー・モビリティ財団のECOMO交通バリアフリー研究助成を受けて実施したものです。



自転車は、子どもからお年寄りまで誰もが利用する身近な乗り物であり、初めて手にする乗り物。自由にハンドルをとり、歩くよりも速く遠くへ風を切って移動することができます。自転車によって、行動圏が広がり、人・自然・まちとのコミュニケーションが生まれ、新たな世界が広がっていくなかで、その経験は、私たちの自我や身体、行動の発達にまで、やさしく波及していきます。

「自転車が持つチカラ」を子どもたちに体感してほしい。2018年からはじまった奈良県立奈良西養護学校における自転車を使った授業は、2019年度、エコモ財団の研究助成を受け、本格的に広がっていくとともに、年間を通じて、子どもの発達に応じた自転車教育プログラムの実践の積み重ねがなされてきました。

リーフレットは、奈良西養護学校での取り組みと関係者の声を、学校などで様々な発達の段階にある、子ども達に自転車教育を行おうという方々の参考になるようにまとめています。

ステップ 1

# 屋内で運転してみよう

## 内容

小学部6年生2クラス10名を対象に、キックバイク、シーソー、踏切等を用いて、屋内での自転車を使った実習を行った。はじめは、各人が目的地に行き、何かをやって帰ってくる、という動作を反復してもらい、そこから、応用編へと上げていくことを目指した。

## プログラム

- じゅんぴをしよう 20分
- ダンス♪アニメ 20分
- じてんしゃにのろう 10分
- ウォッシングゲーム 10分

## 目的

遠くの目的地までバイクを操作してたどりつくことで、目標を達成する力や身体を自由に動かす能力を向上する。

他の人と一緒に走行することで、周囲への配慮・危機回避能力を向上する。

他の人の走行を観察することで走行イメージを向上させ、応援することで集団での一体感を体験する。

車椅子タイプの自転車によって恐怖心を緩和し、速度になれながら、活動に加わることで、みんなで楽しさを共有する。



自転車にまたがり準備万端



バーが上がるまで一旦停止

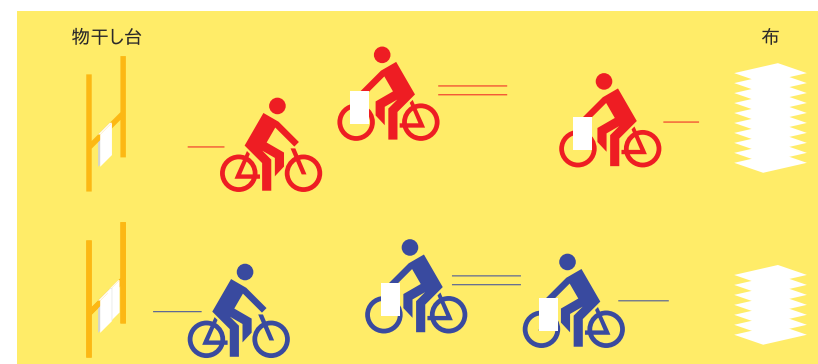


シーソーは、一人でもへっちゃら



## ルール

2チームに分かれ、布をもってスタート。キックバイクで物干し台まで進み、干した後、スタート地点に戻ろう。早く全員が往復、または、布が無くなったチームの勝利。



布をたくさん干そう!

## ゲーム後の感想

担当教員の感想

多動の症状がある生徒も自分のペースでウォッシングに取り組んでいた。車イス自転車に取り組んだ生徒が「もう一回!」と言っていたのが印象的。教師が助けなくても、お互いにぶつからずにできた。全員が同時に動くので、待ち時間が少なく、退屈しない様子だった。

# 中庭をかけ巡ろう

## 内容

基本的に屋内でのプログラムを踏襲しながら、スペースやゆとり、路面材質・傾斜などの変化を活用した屋外での活動。コーナーや交差点部に信号・一旦停止等の標識を置きながら意識付けを行った。まずは、走りやすく安全性が担保できるゴム舗装の中庭で走行コースを設定し、直線・ジグザグ・くぐる・スロープ・シーソー・ビヨーン（両足で地面を蹴って前へ進む）などから進めていった。慣れてきた子には、ペダル付き自転車にチャレンジする等、個人レベルでのステップアップも進めていった。

## プログラム

じゅんぴをしよう 20分

じてんしゃではしろう 20分

自由走行 / 直線・ジグザグ・ビヨーン・シーソー・スロープ  
ボールくくり / 交差点体験(信号や一旦停止) 等

ウォッシングゲーム 20分

## 目的

室内から中庭という環境変化の中で、自分の適応力を養い、考える力やルールを学ぶ。

走行に慣れた生徒は、ペダル付にチャレンジするなど、挑戦する感覚を体感していく。

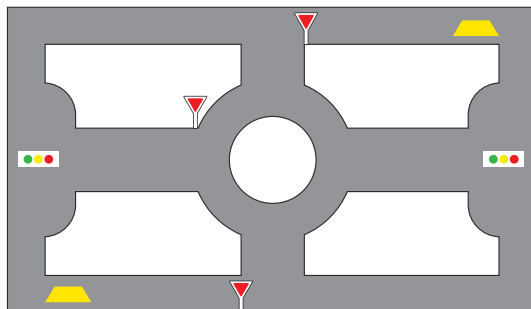
みんなと走的过程中で協調性や自分の周りを意識する能力を養う。



標識で一旦止まって、レッグコー



順番を守って一人ずつ進もう



中庭のレイアウト

# グラウンドをのびのび走ろう

## 内容

一定距離の走行練習や道路交通ルール・マナー学習を行うため、グラウンドを利用。広い環境ゆえ、スピードのバリエーションが増えたり、未舗装のため、バランス感覚が必要になる。

## プログラム

じゅんぴをしよう 20分

じてんしゃではしろう 20分

自由走行 / 直線・ジグザグ・シーソー・ゴムロール・急制動  
ロング走行 / 交差点体験(一旦停止や飛び出し自転車) 等

ウォッシングゲーム 20分

## 目的

室内から中庭という環境変化の中で、自分の適応力を養い、考える力やルールを学ぶ。

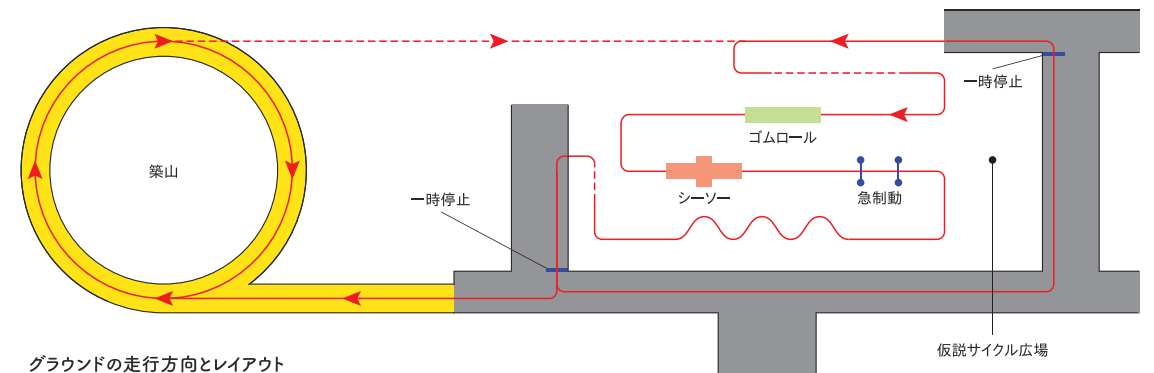
走行に慣れた生徒は、ペダル付にチャレンジするなど、挑戦する感覚を体感していく。



飛び出さずに一回止まろう



長い距離も急がず自分のペースで



グラウンドの走行方向とレイアウト