

エチカなんでもチャレンジ

1 目的

- (1) 一人一人の力が発揮できるように、いろいろなことに取り組み、挑戦する態度を養う。
- (2) それぞれが努力した成果をみんなで喜び合い、学校として絆を深める。

2 認定条件

- (1) 記録達成が証明されること。
(可能な限り、映像又は写真で証明)
- (2) 記録が数量化できること。
(回数、本数、時間)
- (3) 記録を超すことができること。
(次回に挑戦できる、他の児童生徒が挑戦できる)

3 方法

- (1) 子ども一人でできること、または、子どもと教師が一緒にできることに挑戦する。
 - (例) ・何秒同じ動作を続けられるか。(握る、見る、座るなど)
 - ・追視をどこまで(頭の動き)できるか。
 - ・ある動作に合わせて、手のひらの開閉を何回できるか。
 - ・どれだけの音量や明暗で笑顔が見られるか。
 - ・何個並べられるか。何個積めるか。何個入れられるか。
 - 何本倒せるか。
 - ・何秒(分)以内に、どれだけできるか。
 - ・じゃんけんで何回連続勝てるか。
- (2) 事前にエントリーし、日時を決めて開催する。対戦競技(ボッチャ等)をする場合は、校内で事前申し込みをする。授業参観日に設定したり、事前に連絡したりして、多くの人が見られる機会を作る。
- (3) 内容は、学校ホームページで報告する。



みんなの挑戦内容

挑戦内容

車椅子の自走で10mを何秒で進むことができるか。

1分間で鈴を何回鳴らすことができるか。

玉入れの玉10個を何分で玉入れかごに入れることができるか。

1分間座った状態で、腕でボールを転がして何回ゴールを決めることができるか。

3分間に手や足を使ってウクレレを何回鳴らすことができるか。

ドリブルで廊下の端から端までを何分間で移動できるか。

30分間で、廊下を何メートル独歩で歩けるか。毎日歩いて、池鯉鮒宿から江戸を目指します。

1分間で椅子から何回立ち上がるすることができるか。

1階から3階まで、手すりを使いながら階段を何分で上ることができるか。

座位で3分間に頭を持ち上げることが何回できるか。

寝返り2回を何分でできるか。

何秒でリラックスしたうつぶせ姿勢に体位変換できるか。

10mを何秒で走ることができるか。

30分間で、自分の力で何回ボタンを押すことができるか。

30分間で、廊下を歩行器で何メートル歩けるか。毎日歩いて、池鯉鮒宿から京を目指します。

教師の膝に座り、2分間で何回立ち上がりができるか。

みんなの挑戦内容

挑戦内容

2分間で足の裏を使って円筒を何回転がすことができるか。

電動車椅子で障害物を避けながら、離れて置いてあるペットボトル6本を何分で倒すことができるか。

30分間で、1階から2階までの階段昇降が何回できるか。毎日歩いて、エベレスト(8848m)の登頂を目指します。

3分間に、タンブリンを何回たたくことができるか。

障害物を越えながら、15mを何分で歩くことができるか。

挨拶を録音したスイッチを指で押し、何人の人と触れ合うことができるか。（累計）

立位台で立ってる3分間に、何秒顔を上げることができるか。

3分間で棒スイッチを何回押して、ベルを何秒間鳴らすことができるか。

1日何人の友達や先生に、手や指でスイッチを押して挨拶ができるか。

持ち球6個を投げて、ジャックボールにどれだけ近づけることができるか。

バレーボールを、何m投げられるか。

カードが付いたひもを左手で引っ張り、5枚のカードを何秒で外すことができるか。

見本どおりにブロックの組み立てを何秒でできるか。

みんなの挑戦内容

挑戦内容

3分間で右腕を使って何回ボールを払うことができるか。

1日の中で挨拶を何人にできるか。

後方介助を受けながら自分の力で何秒立ち続けることができるか。

必要最低限の支えて、立位姿勢を何秒維持することができるか。

フライングディスクを10回投げて、何回ゴールに入れられるか。

あぐら座位姿勢で何秒間顔を上げて過ごせるか。

制限時間内にカードに示されたとおりにカップを素早く並べ替えたり、積み重ねたりすることが何回できるか。

声や視線、口の動きなどで授業の挨拶を1日に何回することができるか。

赤と白の球を10球投げて、それぞれ同じ色の箱に何球入れられるか。

スラロームで、何分何秒でゴールできるか。

1分間に何回スイッチを押すことができるか。

歩行器で50mを何分何秒で歩けるか。

2分間に何回椅子から立ち上がることができるか。

つたい歩きでスロープ30mを何秒で進めるか。

何分何秒でお手玉10個をかごに入れることができるか。

輪投げで10投中何投、的に輪をかけることができるか。

みんなの挑戦内容

挑戦内容

輪投げで10投中何投、的に輪をかけることができるか。

800mを何分何秒で走れるか。

ソフトボール投げで、何m投げられるか。

腕立て伏せを連続で何回続けられるか。

みんなの記録

記 録

活動の様子

車椅子の自走で10mを何秒で進むことができるか。

最高記録 11月28日 1分43秒

(挑戦回数 2回)

近くを通る友達や教師に応援されるとより早く車椅子をこぐことができました。出発するときは自分で前のブレーキを外すこともできました。



1分間で鈴を何回鳴らすことができるか。

最高記録 11月28日 98回

(挑戦回数 2回)

鈴を手や口を同時に使って、二刀流や三刀流で鳴らすことができました。友達が鈴を鳴らしていると一緒に鳴らすこともできました。



玉入れの玉10個を何分で玉入れかごに入れることができるか。

最高記録 11月28日 1分48秒

(挑戦回数 2回)

教師が肘を支えていると、玉をつかみ、一番上の籠に入れようと腕を動かすことができました。挑戦中は、玉入れに集中している様子でした。



1分間座った状態で、腕でボールを転がして何回ゴールを決めることができるか。

最高記録 11月28日 10個

(挑戦回数 5回)

ボールや入れ物をよく見て腕を動かすことができました。ボールをつかむときには、腕の角度を調節していろいろな方向からつかむように試みることができました。



3分間に手や足を使ってウクレレを何回鳴らすことができるか。

最高記録 1月19日 13回

(挑戦回数 4回)

3学期は車椅子に座っても挑戦しました。腕が動かしやすくなり、意欲的にウクレレを鳴らすことができました。音色や歓声を聞いて笑顔になり、何度も腕を動かすことができました。



みんなの挑戦内容

記 録

活動の様子

ドリブルで廊下の端から端までを何分間で移動できるか。

最高記録 12月12日 1分38秒
(挑戦回数 14回)

急いでいるときほど、慌てていてボールが足に当たらないことがありました。しかし、練習を重ねるうちに、先を急ぎながらも、落ち着いてボールを蹴って進むことができるようになりました。



30分間で、廊下を何メートル独歩で歩けるか。毎日歩いて、池鯉鮒宿から江戸を目指します。

最高記録 10月6日 165m
(挑戦回数 62回)

光の入る扉や掲示を見ることなども楽しみにしていますが、歩くこと自体を楽しむことができました。ときには一步を大きくして歩くなど、自分で工夫して歩くことができました。



1分間で椅子から何回立ち上がることができるか。

最高記録 11月28日 7回
(挑戦回数 7回)

立ち上がるときには、かかとが浮かないように、足の裏をしっかりと地面につけることができました。最高記録は7回のままですが、立ち上がる時の姿勢の安定感が増しました。



1階から3階まで、手すりを使いながら階段を何分で上ることができるか。

最高記録 12月21日 44秒
(挑戦回数 15回)

回数を重ねる中で足運びや足のつき方を意識することができるようになり、1分以内で上れるようになりました。日常生活でも、意欲的に階段を利用して上の階まで行くようになりました。



座位で3分間に頭を持ち上げることが何回できるか。

最高記録 1月19日 8回
(挑戦回数 3回)

バギーに座った状態だと、頭のコントロールがしやすくなり、自分で何度も頭を上げることができました。教師の応援や言葉を聞いてやる気になり、途中で笑顔を挟みつつチャレンジできました。



みんなの記録

記 録

活動の様子

寝返り2回を何分でできるか。

最高記録 1月19日 5分13秒
(挑戦回数 3回)

少しの支援で寝返りができるようになってきました。進みたい方向へ自分で腕を伸ばしたり、下になった腕を抜いたりすることがスムーズになっています。



何秒でリラックスしたうつぶせ姿勢に体位変換できるか。

最高記録 2月26日 0分0秒

教師と一緒にゆっくりうつ伏せ姿勢に体を近づけることで、姿勢変換の受け入れがスムーズにできました。



10mを何秒で走ることができるか。

最高記録 1月16日 10秒2
(挑戦回数 16回)

だんだんスタートダッシュができるようになり、記録を更新することができました。集会室での発表会では、小学部全員の前で鈴の音に向かって走ることができました。



30分間で、自分の力で何回ボタンを押すことができるか。

最高記録 2月6日 85回
(挑戦回数 5回)

補助具を用いて右手を動きやすくすると、教師の補助なく、自分の力だけでスイッチを何度も押すことができました。



30分間で、廊下を歩行器で何メートル歩けるか。毎日歩いて、池鯉鮒宿から京を目指します。

最高記録 9月13日 148.5m
(挑戦回数 50回)

毎回、廊下を1～2周歩くことができました。1周目では、歩く速度も速くリズムにのって歩くことができました。周りからの応援がとてもうれしくて、はりきって足を前に進めました。



みんなの記録

活動の様子

最高記録 **9月20日** **10回**
 (挑戦回数 6回)

かかとから指先までを使えるように、足裏の体操をしてから取り組みました。かかとが浮き上がらないように足裏全体に体重を乗せて立ち上がる事ができました。



最高記録 **9月7日 18回**
 (挑戦回数 8回)

足の裏を柔らかく使えるように、温めるように触れてから取り組みました。足首を使って前方に押し出すことができました。

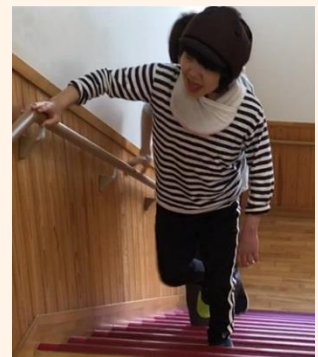


最高記録 **6月29日 1分34秒**
 (**挑戦回数 6回**)
 友達や先生からの応援があるととても集中力が上がり、良い記録が出やすかったです。ペットボトルの設置位置などもこだわり挑戦しました。



最高記録 **7月5日** **往復45回**
 (挑戦回数 132回)

階段を上って下りる活動に見通しを持って、リラックスした表情で昇降できました。活動を終わることを教師に手を打って伝えられました。



（挑戦回数 6回）
リズムよくタンブリンをたたくことができ、回数を伸ばしていくことができました。途中から笑顔で楽しそうにタンブリンをたたっている姿が印象的でした！



みんなの記録

記録

障害物を越えながら、15mを何分で歩くことができるか。

最高記録 11月29日 1分11秒
(挑戦回数 5回)

どんどん自分で足を前に出して歩いて行くことができました。障害物を見て、踏まないように足を大きく踏み出すことができました。

活動の様子



挨拶を録音したスイッチを指で押し、何人の人と触れ合うことができるか。(累計)

最高記録 7月7日 11人 総数 131人
(挑戦回数 30回)

スイッチに触れて確かめると、親指を力強く上げて押すことができました。自分なりの発信で、1年間でたくさんの人と触れ合うことができました。



立位台で立ってる3分間に、何秒顔を上げることができるか。

最高記録 7月19日 1分24秒
(挑戦回数 5回)

友達や先生の声の聞こえと、頭を持ち上げ声がする方を見ることができました。疲れてきても声が聞こえると何度も顔を上げようとする姿が印象的でした！



3分間で棒スイッチを何回押して、ベルを何秒間鳴らすことができるか。

最高記録 9月12日 14回・1分43秒
(挑戦回数 3回)

ベルの音が止まると「あー」と声を出し、スイッチの位置を確かめて腕を動かし、再び音が鳴るとうれしそうでした。同じスイッチを使ってミキサーを回すなどの活動もできました。



みんなの記録

記録

1日何人の友達や先生に、手や指でスイッチを押して挨拶ができるか。

最高記録 12月1日 10人

(挑戦回数 30回以上)

毎朝、友達のところへ挨拶をしに行くことが習慣になりました。左手でスイッチを押すことも上手になり、何度も何度も挨拶をすることができました。

持ち球6個を投げて、ジャックボールにどれだけ近づけることができるか。

最高記録 11月17日 0cm

(挑戦回数 全18回)

みんなの前での成果発表会では、1球目からジャックボールに近づけて会場を沸かせました。発表会での結果は惜しくも1cmでした。ボッチャの大会でも、このチャレンジの成果を出せるように頑張りました！

バレーボールを、何m投げられるか。

最高記録 2月9日 9m00cm

(挑戦回数 5回)

遠くに投げることができてうれしかったです。今回のチャレンジで工夫したところは、投げるときの角度です。ちょっと上げてみたらうまくいったのでよかったです。

カードが付いたひもを手で引っ張り、3枚のカードを何秒で外すことができるか。

最高記録 1月24日 1分36秒

(挑戦回数 10回)

1枚目よりも2枚目、2枚目よりも3枚目と枚数を重ねていくにつれ、ひもを引くスピードが速くなっていきました。目の前にカードを貼ることで、よく見て、集中してカードを引っ張ることができました。

活動の様子



みんなの記録

記録

活動の様子

見本どおりにブロックの組み立てを何秒でできるか。

最高記録

7月13日

21秒

(挑戦回数 14回)

自分で決めた目標秒数を切れないと、くやしさに1日のうちに何度も挑戦し続けました。ブロックを手にとり、一気に集中して、見本と自分が組み立てているブロックを何度も見比べながら組み立てることができました。



3分間で右腕を使って何回ボールを払うことができるか。

最高記録

1月24日

24回

(挑戦回数 11回)

3分間集中して右手を動かし続けられました。教師の「始めます」の声に笑顔で返事をして良いスタートをきることができました。



1日の中で挨拶を何人にできるか。

最高記録

1月16日

20人

(挑戦回数 16回)

頭を下げるだけでなく、「おはよう」と毎回声を出して挨拶できるようになりました。また、「おはようございます」と敬語で言ったり、自分から挨拶もできるようになってきました。今後も継続的に行っていきます。



後方介助を受けながら自分の力で何秒立ち続けることができるか。

最高記録

2月1日

10秒

(挑戦回数 3回)

教師から言葉をかけられると、視線を上げて活動に取り組むことができました。視線が上がると足に力が入り、力強く床を踏みしめることができました。



みんなの記録

記録

必要最低限の支えで、立位姿勢を何秒維持することができるか。

最高記録 2月2日 15秒

(挑戦回数 2回)

立位姿勢が安定してきたため、つかまり立ちに挑戦しました。自分の体重をコントロールしながら立位姿勢を維持することができました。

活動の様子



フライングディスクを10回投げて、何回ゴールに入れられるか。

最高記録 2月2日 3回

(挑戦回数 4回)

フライングディスクを投げる前にゴールをよく見て、ねらいを定めてから投げるできるようになりました。力強く投げることができ、まっすぐに飛ばせるようになりました。



あぐら座位姿勢で何秒間顔を上げて過ごせるか。

最高記録 2月1日 1分30秒

(挑戦回数 3回)

あぐら座位に取り組む前に体の緊張を緩めたり、集中して活動に取り組んだりすることにより、これまでよりも長い時間あぐら座位を維持することができました。



カードに示されたとおりにカップを素早く並べ替えたり、積み重ねたりすることが何回できるか。

最高記録 1月19日 8分51秒

(挑戦回数 11回)

新記録が出ました。並べ間違いも1回だけと過去最少でした。自分でよく見て確認をしてから「できた」と報告できました。



声や視線、口の動きなどで授業の挨拶を1日に何回することができるか。

最高記録 1月17日 8回

(挑戦回数 8回)

教師が挨拶をすると、声を出して挨拶をすることが増え、声が出にくいときでも、口を動かしたり、目を大きく開いたり、継続して挨拶に意識が向けられるようになりました。



みんなの記録

記録

活動の様子

赤と白の球を10球投げて、それぞれ同じ色の箱に何球入れられるか。

最高記録 2月2日 6回

(挑戦回数 8回)

投げ入れる箱に的を付けたことで、今まで以上にねらいを定めて投げられるようになりました。記録を伸ばせるように、たくさん練習することができました。発表会では、元気よく挑戦することができました。



スラロームで、何分何秒でゴールできるか。

最高記録 1月22日 1分28秒98

(挑戦回数 1回)

今回のチャレンジで、自己新記録を更新することができました。何度か練習する中で、少しずつターンを小さくすることができました。



1分間に何回スイッチを押すことができるか。

最高記録 2月13日 13回

(挑戦回数 約73日×10回)

レバー型スイッチになりました。肩を内旋させて押したり肘を伸展させて押したり、いろいろな動きでスイッチを押しています。伸ばした腕をすぐに戻して何度も肘の伸展でスイッチを押すことができるようになってきました。



歩行器で50mを何分何秒で歩けるか。

最高記録 1月29日 53秒21

(挑戦回数 14回)

歩行器での練習に毎週意欲的に取り組みました。リズムよく一步一步足を前に出すことを意識してより速く歩くことができるようになりました。次は、上りのスロープでの歩行練習に取り組む予定です。



2分間に何回椅子から立ち上がることができるか。

最高記録 11月20日 32回

(挑戦回数 16回)

友達の立ち上がりの数を数えてくれる声を聞き、毎回笑顔で取り組むことができました。3学期での記録更新は難しかったですが、普段の授業でも自分から立ち上がることが増え、立ち続けられる時間も長くなりました。



みんなの記録

記録

活動の様子

つたい歩きでスロープ30mを何秒で進めるか。

最高記録 1月24日 33秒54
(挑戦回数 10回)

記録が伸びない期間もありましたが、エチチャレ成果発表会前の最後の挑戦では、新記録で歩くことができ、笑顔でうれしい気持ちを話してくれました。



何分何秒でお手玉10個を容器に入れることができるか。

最高記録 1月28日 3分14秒
(挑戦回数 76回)

お手玉を持ちながら腕を伸ばすこと、そのお手玉を容器に入れる動きがどんどん素早くなっていきました。力を入れすぎることなく、上半身の動きをコントロールして取り組むことができました。



輪投げで10投中何投、的に輪をかけることができるか。

最高記録 1月31日 6投
(挑戦回数 9回)

練習を重ねるごとに輪がかからなくても、的には当たるが増えてきました。一度的に輪をかけると、リズムよく投げ、何投も続けてかけることができました。最高記録を大幅に更新し、大喜びでした。



輪投げで10投中何投、的に輪をかけることができるか。

最高記録 2月1日 3投
(挑戦回数 10回)

輪が1本もかからなかったり、かかっても1本しかかからないことが続きました。成果発表会では高等部のみんなが見ている緊張する場面でしたが、3本かけると宣言し、見事に達成することができました。



800mを何分何秒で走れるか。

最高記録 1月22日 4分13秒45
(挑戦回数 8回)

雨の日などで走れないときには、屋内で10分間走に取り組んだり、走るペースを落とさないように意識して走ったりしました。その成果もあり、これまでの記録より約10秒速く走ることができました。



