

<自立活動>

自立活動は、特別支援学校の教育課程において特別に設けられた指導領域です。小学校・中学校の学習指導要領には、「特別支援学級において実施する特別の教育課程については、障害による学習上又は生活上の困難を克服し自立を図るため、特別支援学校小学部・中学部学習指導要領第7章に示す自立活動を取り入れること」と示されています。

●「自立活動」の指導の場面



*指導の場面は、大きく3つあります。

1 特設された「自立活動の時間における指導」

2 各教科等と関連を図って行う「自立活動の指導」

3 上記以外の「学校の教育活動全体の指導」

自立活動は、授業時間を特設して行う自立活動の時間における指導を中心とし、各教科等の指導においても、自立活動の指導と密接な関連を図って行います。自立活動の時間における指導は、学校における自立活動の指導の「要」となる重要な時間であり、個別の指導で学んだことを、交流学級など集団でも生かしていくよう、指導・支援ていきます。そのため、授業時間を週当たり1単位時間以上特設し、時間割に位置付ける必要があります。

また、学校の教育活動全体を通じて行うものもあります。

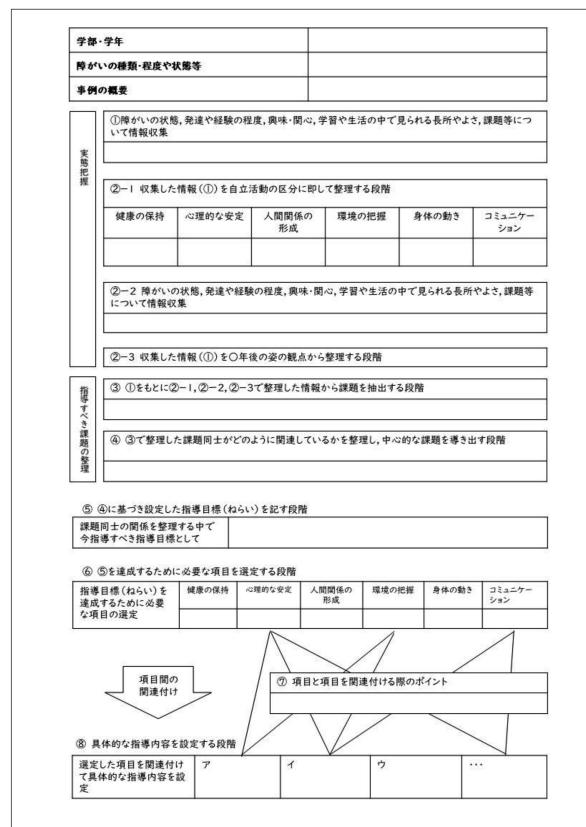
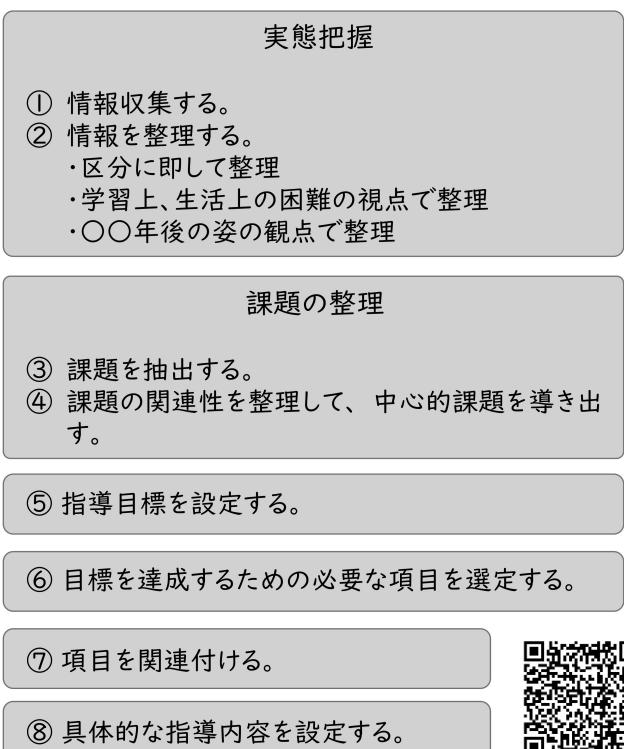
●「自立活動」の指導の形態

自立活動は、個々の実態に基づいて指導されるものであるので、個別指導の形態で行うことが基本です。ねらいを達成する上で効果的である場合には、集団を構成して指導することも考えられますが、最初から集団で指導することを前提とするものではありません。

●「自立活動」の内容

自立活動は、「人間として基本的な行動を遂行するために必要な要素」と、「障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服するための必要な要素」で構成されています。それら代表的な要素である27項目が6つの区分に分類・整理されています。指導に当たっては、児童生徒の指導上の課題をもとに必要とされる項目を選定し、それらを相互に関連付けて具体的な指導内容を設定します。

●自立活動の指導内容設定までの流れ



● 指導内容設定の例(具体的な流れ図の例)

流れ図を簡略化したシート等を作成するなどして、指導内容を考えてみましょう。

自立活動の内容
(6区分27項目)

| 実態 | | | | | |
|---|---|-------------------------------------|---|---------------------------------------|--|
| 1 健康の保持 | 2 心理的な安定 | 3 人間関係の形成 | 4 環境の把握 | 5 身体の動き | 6 コミュニケーション |
| □(1)生活のリズムや生活習慣の形成に関すること | □(1)情緒の安定に関すること | □(1)他者とのかわりの基礎に関するこ | □(1)保有する感覚の活用に関するこ | □(1)姿勢と運動・動作の基本的技能に関するこ | □(1)コミュニケーションの基礎的能力に関するこ |
| ・手洗いやマスク△ ・野菜ぐらい ・時間内の食事△ | ・落ち着かない。 ・協力することが難しい。 ・しつこく間わり過ぎることがある。 | ・集団行動のベースに合わせず、癪癪を起こす。 | ・注意を向けたり、指示を聞いて動いたりするのが難しい。 | | |
| □(2)病気の状態の理解と生活管理に関するこ | □(2)状況の理解と変化への対応に関するこ | □(2)他者の意図や感情の理解に関するこ | □(2)感覚や認知の特性についての理解と対応に関するこ | □(2)姿勢保持と運動・動作の補助的手段の活用に関するこ | □(2)言語の受容と表出に関するこ |
| | ・順番が待てず、いらいらすることが多い。 | ・相手の気持ちを考え行動することが難しい。 | | | ・相手の話を受け入れることが難しい。 |
| □(3)身体各部の状態の理解と養護に関するこ | □(3)障がいによる学習上又は生活上の困難を改善・克服する意欲に関するこ | □(3)自己の理解と行動の調整に関するこ | □(3)感覚の補助及び代行手段の活用に関するこ | □(3)日常生活に必要な基本動作に関するこ | □(3)言語の形成と活用に関するこ |
| | ・改善しようとする意欲があまり見られない。 | ・衝動的な行動 ・同じ注意を受けることが多い。 | | ・学習用具をていねいに使えない。 ・乱暴な言葉遣いをすることが多い。 | |
| □(4)障がいの特性の理解と生活環境の調整に関するこ | | □(4)集団への参加の基礎に関するこ | □(4)感覚を総合的に活用した周囲の状況についての把握と状況に応じた行動に関するこ | □(4)身体の移動能力に関するこ | □(4)コミュニケーション手段の選択と活用に関するこ |
| | | ・ルールが守れない。 ・場の状況に合った行動をすることが難しい。 | ・係の仕事など、今やるべきことが分からない。 ・持ち物の管理や整理整頓が難しい。 | | |
| □(5)健康状態の維持・改善に関するこ | | | □(5)認知や行動の手掛けりとなる概念の形成に関するこ | □(5)作業に必要な動作と円滑な遂行に関するこ | □(5)状況に応じたコミュニケーションに関するこ |
| | | | ・場面や状況に合わない行動をすることが多い。 | ・飽きやすい。 | ・人の話に割り込んだり相手の話を最後まで聞かず話し始めたたりすることが多い。 |
| 中心的な課題 | | | | | |
| 自分や相手の気持ちを大切にして行動したり、自分の役割を果たしたりすることができる。 | | | | | |

| 長期目標 | ・ルールを守って、友達と一緒に活動をすることができる。 ・自分の気持ちや感情を自分で調整することができる。 |
|---------------------------|--|
| 短期目標 | ・友達と協力して掃除や係の仕事をすることができる。 |
| 具体的な指導内容 | 項目 |
| 自立活動の時間における指導 (選定した項目) | ・清掃や係の仕事の仕方について学習する。 ・友達と協力してできるゲームや、制作活動を行う。 |
| 自立活動に関する指導 (選定した項目) | ・スケールを使用した自分の気持ちを把握する方法を学習する。 ・場面に応じた適切な行動について、ロールプレイで具体的に練習を行う。 |
| 教育活動全体 | ・友達と協力して係活動や当番活動ができるよう見守り、周囲の状況を知らせることや、状況の変化に応じた行動がとれるようこばをかける。(給食や掃除の時間) |
| 教科等 | ・働くことの大切さや自分の役割を理解して、みんなのために役立とうとする意欲を養う。(道徳、学級活動) |

- 市町村によっては、統一した「流れ図」を作成しているところもあります。使いやすい様式を学校等で作成し、指導内容を考える際に活用してもよいでしょう。徳島県立総合教育センターホームページにも記入例とともに掲載しています。(徳島県立総合教育センター 特別支援・相談課 特別支援メニュー「特別支援教育に関する資料」)
- 実態把握においては、困難さのみに焦点を当てるのではなく、長所や得意としていることにも着目します。
- 障がい名のみに頼って特定の指導内容に偏ることがないよう、全体像を捉えるようにします。
- これまでの個別の指導計画を参考にして、学習の記録を引き継いで課題を整理することも大切です。
- 数年後の姿をイメージして、卒業までにどのような力を、どこまで育むかを想定して行います。
- 具体的な指導内容を考える際には、児童生徒の実態を踏まえて6区分27項目の内容から幾つかの項目を組み合わせる必要があることに留意しましょう。
- 右ページには、児童生徒の実態を自立活動の指導の項目で整理したり関連付けたりして考えていくための参考例として、「早見表」を掲載しています。児童生徒の実態は、いろいろな項目と関連する場合が多くあります。

自立活動の指導の関連する項目(早見表)

| 関連項目 | 指導内容(例) | 関連項目 | 指導内容(例) |
|-------------|---|--|--|
| 1 気になる行動(例) | <p>(1)生活のリズムや健康な生活習慣の形成</p> <p>○規則正しい生活・睡眠のリズム</p> <p>○食事や排泄</p> <p>○衣服の調節、室温調節や換気</p> <p>○清潔</p> | <p>(2)病気の状態の理解と生活管理</p> <p>○自分の病気への理解</p> <p>○ストレスへの対応や発散方法</p> <p>○体調面・生活面の自己管理</p> <p>○身体各部の状態の理解(皮膚、骨等)</p> | <p>(3)感覚の補助及び代行手段の活用</p> <p>○感覺が悪いのに眼鏡をかけない。</p> <p>○支援機器(補聴器等)の管理ができない。</p> <p>○ICT等の活用に不慣れ。</p> |
| 2 健康の保持 | <p>○自分の病気の理解が難しい。</p> <p>○服薬している薬の理解、対応が難しい。</p> <p>○怪我の痛みが分からない時がある。</p> <p>○怪我の痛みが分からない時がある。</p> <p>○自分の身体に关心がない。</p> <p>○失敗から、自分を否定的に捉えてしまう。</p> <p>○大きな音がすると不安定になると体力がない。</p> <p>○累飲暴食、偏食、食生活に課題がある。</p> <p>○運動量が少ない。</p> <p>○常に、イライラ、落ち書きがない。</p> <p>○状況が変化すると不安になると、</p> <p>○集団行動が苦手、参加できない。</p> <p>○場面や状況の理解が難しい。</p> <p>○急な変更の受け入れが難しい。</p> <p>○順番や勝敗、やり方で、パニックになる。</p> <p>○興味・関心の偏り。</p> <p>○成功体験が少なく、意欲がもてない。</p> <p>○夢中になることが少ない。</p> <p>○教師や友達に対する不言感がある態度。</p> <p>○他者に关心がない。共同での活動が難しい。</p> <p>○双方向の会話、やりとりが苦手。</p> <p>○教師や友達の言葉の意図や感情の理解が難しい。</p> <p>○表情や声の調子、身振りから相手の感情を理解するのが難しい。</p> <p>○何度も同じ注意を受ける。</p> <p>○衝動的な行動が抑えられない。</p> <p>○場面や状況に応じた行動が難しい。</p> <p>○ルールつまりを守ることが難しい。</p> <p>○集団活動に参加することが難しい。</p> <p>○物を見る時、顔や見る物をかたむける。</p> <p>○聞く力が弱い。</p> <p>○運動・動作に制限や偏りがある。</p> | <p>(4)複雑な情報をまとめて総合的に判断した感覚や代行手段により収集した情報を総合的に活用する力</p> <p>○自分の身体の動き(粗大運動、微細運動)</p> <p>○場面や状況に応じた行動</p> <p>○概念の形成</p> <p>○身体の機能や属性、形、色、音が変化する様子、空間、時間、左右等)</p> | <p>(4)感覺を総合的に活用した周囲の状況の把握とした行動</p> <p>○場面や状況から、やるべきことを見出すことが難しい。(整理整頓、掃除等)</p> <p>○抽象的概念の理解が難しい。</p> <p>○口頭指示が通りにくく、具体物がないと理解が難しい。</p> <p>○状況に合わない行動をとる。</p> <p>○常に、体が動く。椅子に座れない。</p> <p>○起立の姿勢維持が難しい。</p> <p>○運動が苦手。(走る、投げる、取る、模倣)</p> <p>○必要な補助用具の活用に不慣れ。</p> <p>○姿勢と運動・動作の運動</p> <p>○運動</p> |
| 3 人間関係の形成 | <p>(1)情緒の安定</p> <p>(2)状況の理解と変化への対応</p> <p>(3)他の意図や感情の理解</p> <p>(4)自己の特性の理解と受容</p> <p>(5)身体の困難な状況を改善・克服する意欲</p> <p>(6)他の者との関わりの基礎</p> <p>(7)他の者の意図や感情の理解</p> <p>(8)集団活動への参加の基礎</p> | <p>(1)姿勢と運動・動作の基本的技能</p> <p>(2)姿勢保持と運動・動作の基本的手段の活用</p> <p>(3)日常生活に必要な基本動作の扱い方</p> <p>(4)身体の移動能力</p> <p>(5)作業に必要な動作と円滑な遂行</p> <p>(6)コミュニケーションの基礎的能力</p> <p>(7)コミュニケーションの基礎的能力</p> <p>(8)言語の受容と表現</p> <p>(9)言語の形成と活用</p> | <p>(3)感覚の補助及び代行手段の活用</p> <p>○自己選択と活用</p> <p>○他者に伝えることの楽しさと充実感</p> <p>○相手の立場や気持ち、場面や状況に応じた会話言葉遣い(聞き方・メモの取り方・質問の仕方・報告の仕方・話し方等)</p> |
| 4 環境の把握 | <p>(1)保有する感覚の活用</p> <p>(2)感覚や認知の特性についての理解と対応</p> | <p>(4)コミュニケーション手段に不慣れ。</p> <p>(5)状況に応じたコミュニケーション</p> | <p>○ICTや文字、写真、絵カード、メモ等の代替手段の選択と活用</p> <p>○自己選択と活用</p> <p>○他者に伝えることの楽しさと充実感</p> <p>○相手の立場や気持ち、場面や状況に応じた会話言葉遣い(聞き方・メモの取り方・質問の仕方・報告の仕方・話し方等)</p> |

* この資料は、福島県特別支援教育センターが提供している早見表と、特別支援学校教育要領・学習指導要領解説自立活動編を参考にして作成しました。

● 指導内容設定の際に留意したいこと

♪主体的に取り組める内容

解決可能で取り組みやすく、興味・関心をもって取り組めて、目標を自覚し、意欲的に取り組んだことが成功に結びついたと実感できるものを設定する。

♪改善・克服の意欲を喚起する内容

知識・理解によって指導するだけでなく、実際的な経験等の具体的な学習活動を設定する。

♪発達の進んでいる面をさらに伸ばす内容

できないことにとらわれず、自信をもって意欲的に取り組むことができ、得意な面を伸ばそうとする視点があること。

♪自己選択・自己決定を促す内容

児童生徒が指導内容を自覚し、改善・克服するための方法等について、自ら選び、決定し、実行しようとする内容にする。

♪自ら環境を整える指導内容

環境を調整したり依頼したりする力（合理的配慮の提供を申し出る力）を養うため、求める環境を自分で判断する力を養うことができるような内容にする。

指導の例

題材名 「気持ちよく過ごすために」

- ・自分の気持ちや感情を理解し、自分で怒りの感情をコントロールすることができる。
- ・自分に合った怒りを和らげる方法を選び、利用していくことができる。

関連する自立活動の内容

- ・心理的な安定 2-(1)、人間関係の形成 3-(1)、3-(2)、コミュニケーション 6-(1)、6-(2)



学習活動の流れ

- ・表情からどんな気持ちか考えたり、どんな時にそんな気持ちになるのか考えたりする。
- ・気持ちの温度計を用いて、自分の感情を自覚する。
- ・表情の奥にある感情を知ったり、考えたりする。
- ・自分の感情をコントロールする方法を知り、使えるよう練習する。



使用教材・教具

MetaMoji ClassRoom 付箋機能

参考「特別支援教育デザイン研究所」「ドロッププレット・プロジェクト」 特別支援学級担任者研修会 授業研究会資料

指導の例

題材名 「サーキット・レンジャー」

- ・体全体を使った基本的な運動に取り組む。
- ・順番やきまりを守って、友だちとなかよく活動する。

関連する自立活動の内容

- ・身体の動き 5-(1)、人間関係の形成 3-(4)、コミュニケーション 6-(5)

学習活動の流れ

- ・個々の児童生徒の実態から導きだした課題（コーナー）を設定し、順番やきまりを守ってサーキット運動に取り組む。

使用教材

トランポリン、ミニハードル、ミニ平均台、ミニフラフープ、ロープ

