

自立活動 ハンドブック



愛知県立豊川特別支援学校

平成 30 年度 自立活動部

Ver.5

はじめに

本校は昭和 54 年に開校して、今年度で創立 40 年目を迎えました。「明るい笑顔ひろがる学校」をスローガンに、児童生徒の良さや能力を確実に把握し、一人一人の障害特性に応じた環境を設定した上で、健康な体、豊かな心を育て、家庭や社会の一構成員としてたくましく生き抜く人間を育成することを目指して教育活動を行っています。

本年度は創立 40 周年を記念し、節目の年としてさまざまな取組を実施しました。その一つが本校のこれまでの実践をまとめたこの「自立活動ハンドブック」です。

今回の学習指導要領の改訂により、「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」と明記されました。また、小学校・中学校におきましても、特別支援学級は「自立活動を取り入れること」、通級は「自立活動の内容を参考」と明記されました。特別支援教育における自立活動の位置付けは高く、重要度を増してきたといえます。

本校では各教科の指導の基盤となる自立活動の指導を今までも重要視しており、時間における指導を始めて 4 年、校内研究「主体的に取り組む自立活動（時間における指導）」3 年目の最終年となります。今回で 5 冊目となる自立活動ハンドブックでは自立活動の指導を初めて担当する方でも参考となるよう分かりやすく、実践にすぐ生かせるようにまとめました。特に本校オリジナルのアセスメントシート・アセスメントチェックシート、年間指導計画、自立活動の時間における指導「具体的な指導内容」や自立活動解説書にあるものをアレンジした指導内容作成シートで一連の流れが分かる 12 の実践事例を載せてあります。

作成にあたりましては、多くの労力を費やしましたが、職員間での協働作業を通して共通理解を図り、互いに切磋琢磨することで、各々の専門性を向上することに繋がりました。また、センター的機能の役割を担っている東三河地域で、特別支援教育を必要とする子どもたちの生き抜く力の一助となれればと願っています。

拙い実践ですが、御一読いただき、皆様から忌憚のない御意見を賜ることができましたら幸いです。

平成 31 年 2 月

校長 藤井 毅

ハンドブックの活用にあたって

「自立活動」の「個別の指導計画」や授業を考えるときに、「困った」「分からない」「確かめたい」と感じたら、ぜひ参考にしてください。

本ハンドブックは、平成 30 年学習指導要領解説（高等部は、平成 21 年学習指導要領解説）を主軸とした、知的障害特別支援学校（本校）の自立活動について掲載しています。



「自立活動」の概要については、
前半ページ「自立活動とは？（1 ページから）」を参考にしてください。

「自立活動」の基礎・基本や、実態把握から指導計画までの手続き、
平成 30 年学習指導要領解説から、区分・項目などを分かりやすく説明
しています。

「自立活動」って、何？

「自立活動」の進め方は？



6 区分 27 項目
どれを選ぶ？

「自立活動」の具体的な授業実践については、
後半ページ「本校の実践（25 ページから）」を参考にしてください。

実態把握、指導内容、年間指導計画、授業実践などの事例を紹介します。
また、使用教材例や自立活動に関わる相談内容も載せています。

目標設定は
これでいいのかな？



「自立活動」の授業内容は？

他の先生方の
指導事例を知りたい！

目 次

はじめに

ハンドブックの活用にあたって

目次

自立活動とは？・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1
目標・教育課程上の位置付け・・・・・・・・・・・・・・・・	1
自立活動の指導（PDCA）・・・・・・・・・・・・・・・・	2
自立活動「指導内容作成シート」様式・作成ポイント・・・・・・・・	3
小学部自立活動アセスメントシート・・・・・・・・	5
中学部自立活動アセスメントチェックシート・・・・・・・・	11
自立活動の内容（6区分27項目）についての説明と関連する課題例・・	12
1 健康の保持・・・・・・・・・・・・・・・・	12
2 心理的な安定・・・・・・・・・・・・・・・・	14
3 人間関係の形成・・・・・・・・・・・・・・・・	16
4 環境の把握・・・・・・・・・・・・・・・・	18
5 身体の動き・・・・・・・・・・・・・・・・	20
6 コミュニケーション・・・・・・・・・・・・・・・・	22
自立活動の時間における指導「年間指導計画案」様式・作成ポイント・・	24
本校の実践・・・・・・・・・・・・・・・・	25
指導項目一覧表・傾向・・・・・・・・・・・・・・・・	26
平成30年度の具体的な取り組み（12事例 小学部・中学部・高等部）・・	30
教材・教具集・・・・・・・・・・・・・・・・	67
自立活動相談（6区分）・・・・・・・・・・・・・・・・	77

おわりに

引用・参考文献・資料

自立活動とは？

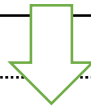
目標・教育課程上の位置付け

自立活動の目標

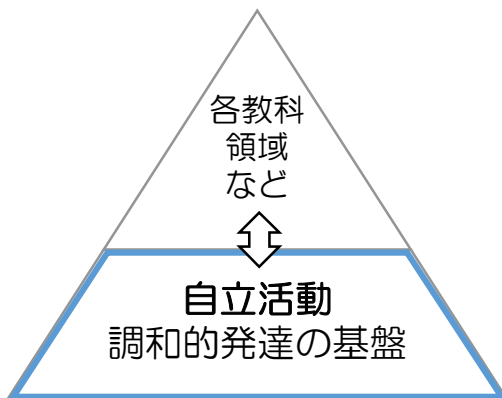


特別支援学校の目的と同じ部分が多く
教育課程上、重要な位置付けである。

個々の児童又は生徒が自立を目指し、障害による学習上又は、生活上の困難を主体的に改善・克服するために必要な知識、技能、態度及び習慣を養い、もって心身の調和的発達の基盤を培う。



自立した生活・社会的自立



「自立」とは、主体的に自己の力を可能な限り発揮し、よりよく生きていくことである。

自立を目指す「自立活動」は、障害そのものではなく、特定の分野（言語・運動・動作・情緒・行動など）の顕著な遅れや、特に配慮が必要な状態による困難の改善を図ることである。

つまり、自立活動は、各教科、領域などにおいて育む資質・能力を支える役割を担う。

自立活動は、児童・生徒の実態に合わせて、指導する内容や時間を選び、関わる教師が連携しながら指導にあたる。全てを取り扱わず、内容や時間を選ぶことは、各教科、領域などにはない特徴である。

指導する内容

6区分 27 項目から選ぶ*
選んだ項目を相互に関連付ける

指導する時間

教育活動全体を通じて行う

- ・自立活動の時間
- ・各教科、領域など
- ・給食、休み時間など

* 6 区分 27 項目については、資料 1 を参照する。

自立活動の指導（PDCA）



自立活動の指導の進め方は、「個別の指導計画」に基づいたPDCAの繰り返しが大切である。本校においては、「指導内容作成シート（3ページ）」などを活用して指導計画を立て、児童生徒に関わる教師で話し合いながら指導を進めている。

計画（Plan）

「指導内容作成シート（3ページ）」を活用する。

実態把握

- ・多面的な実態把握から課題を抽出する。

小学部は「自立活動アセスメントシート（5ページから10ページ）」、
中学部は「自立活動アセスメントチェックシート（11ページ）」を
活用する。

指導目標

- ・長期的、短期的観点で設定する。
 - ・目標達成に必要な区分、項目を選定する。
- 「自立活動の内容（資料1）」を参考にする。

指導内容

- ・選定項目を相互に関連付けて、指導内容と指導場面を設定する。
- 「課題例（12ページから23ページ）」を参考にする。

実践（Do）

授業実践

- ・自立活動の時間における指導「年間指導計画案（24ページ）」を作成する。
- ・児童生徒の具体的な活動内容や手だてなどを設定し、実践する。

評価（Check）

児童生徒の学習

- ・自己評価や他者評価などにより、指導目標の到達状況を振り返る。

教師の指導

- ・指導内容や方法などの妥当性を評価する。

改善（Action）

修正

- ・指導課題や段階を細分化し、適切な指導内容に適宜改善する。
- ・新たな指導方法の選択と工夫をする。

自立活動「指導内容作成シート」様式

児童生徒名(): ()部()年 (学級・類型) 障害の種類()

個別の教育支援計画 長期目標	(個別の教育支援計画の長期目標を書き写す)
-------------------	-----------------------

実 態 把 握 ・ 課 題	障害の状態・発達（検査結果）・経験・興味関心・長所・課題などの情報収集
	①学習上・生活上の困難、学習状況（できていること・支援があればできること）など （健・心・人・環・身・コ）
	②考えられる要因、特性など（健・心・人・環・身・コ）
	①②から、約3年後に目指す姿（健・心・人・環・身・コ）
	中心的課題

↓ 優先する目標として

指導 目標	
----------	--

↓ 指導目標を達成するために必要な項目の選定

健康の保持	心理的な 安定	人間関係の 形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション

選定された項目を関連付けて
具体的な指導内容を設定

具 体 的 な 指 導 内 容			
指 導 場 面			

自立活動「指導内容作成シート」作成ポイント

児童生徒名(): ()部()年 (学級・類型) 障害の種類()

個別の教育支援計画 長期目標	(個別の教育支援計画の長期目標を書き写す)
-------------------	-----------------------

実 態 把 握 ・ 課 題	障害の状態・発達（検査結果）・経験・興味関心・長所・課題などの情報収集
	①学習上・生活上の困難、学習状況（できていること・支援があればできること）など (健・心・人・環・身・コ)
	①・事実(良いところ、困っていること、〇〇の支援をしたら〇〇だった、など) ・6区分（健康の保持・心理的な安定・人間関係の形成・・）から選ぶ
	②考えられる要因、特性など (健・心・人・環・身・コ)
	②・困難さの理由や仮説、見立て（事実から伺える予想） ・6区分から選ぶ
①②から、約3年後に目指す姿 (健・心・人・環・身・コ)	
③自立活動における、目指す姿 ・約3年後（小学部低学年→小学部高学年、小学部高学年→中学部 中学部→高等部、高等部→卒業後）の姿を見通す ・6区分から選ぶ	
中心的課題	④現在、抽出された課題

優先する目標として

指導 目標	⑤長期的な目標設定・個別の教育支援計画長期目標との関連を確認する ・実現性、必要性、適時性、優先順位、ニーズを踏まえる
----------	--

指導目標を達成するために必要な項目の選定

健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
⑥項目選定 ・小中学部は27項目、高等部は26項目から選ぶ					

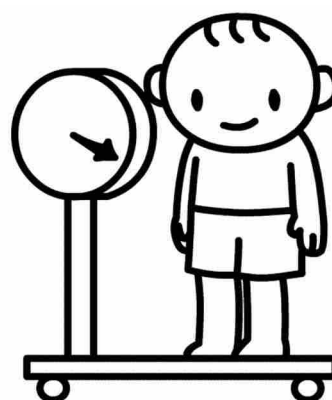
選定された項目を関連付けて具体的な指導内容を設定

具 体的 な 指 導 内 容	⑦指導内容設定 ・ポイント：具体的、段階的、系統的、興味関心、主体的、成就感 ・項目を相互に関連付けて斜線を引く
指 導 場 面	⑧指導場面設定 ・どの場面（自立活動の時間、各教科・領域など）で指導、評価するかを選ぶ

自立活動の内容（6区分 27 項目）についての説明と関連する課題例

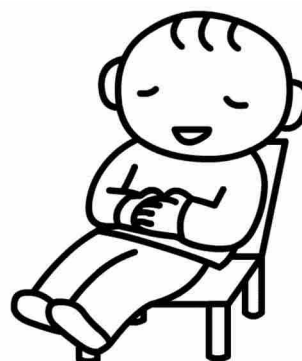
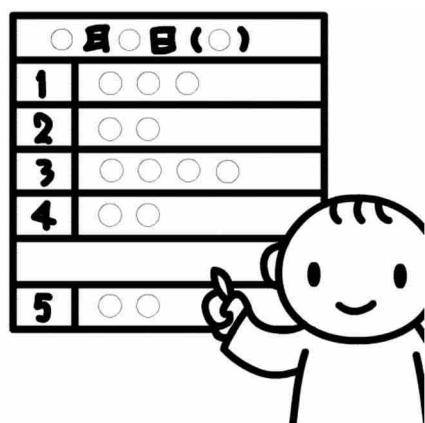
1 健康の保持
(1) 生活のリズムや生活習慣の形成に関すること ○健康の維持・改善の基盤となる時間的な生活リズムを整え、身に付ける。 →食事、睡眠（起床や就寝）と覚醒、排泄などを規則正しくする。 ○日常的な生活を整えるために必要な習慣を形づくる。 →好き嫌いのない食事、適正な食事量と水分摂取、排泄の処理などの生活習慣を整える。 ○生活環境を自ら整える。その必要性を理解し、日常的に心掛ける。 →整髪や着衣の身だしなみを整える、身のまわりの整理整頓をする、衣服の調節をする、室温の調節・換気をする、衛生面に注意して清潔を保つなど、環境を整える。 例・毎日、定時に登校する。 - よく噛んで食べる習慣を身に付ける。毎食後、歯を磨く。 - 手洗い後、ハンカチできれいに手を拭く。
(2) 病気の状態の理解と生活管理に関すること ○自分がかかっている病気や障害からなりやすい病気の状態と、要因が分かる。 ○病気の治療方法や予防方法が分かり、生活様式を自分で管理する。 →病気の状態の変化や、病気による健康上の危険が分かる。 →病気の進行を防ぐために、定期的な服薬を含め、治療の見通しをもつ。 例・口蓋裂は虫歯になりやすいため、より丁寧な歯磨きを習慣付ける。 大きなてんかん発作は、疲れると起こりやすいことが分かり、忘れずに薬を飲んだり、睡眠時間を十分にとったりする。
(3) 身体各部の状態の理解と養護に関すること ○病気や事故などによる、患部の状態が分かる。 →神経・筋肉、骨、皮膚などの様子や変化が分かる。 ○患部の養護方法を習得して、症状の進行を防ぐ。 →患部の状態に合わせた治療や保護の方法が分かり、自ら行ったり依頼したりする。 例・けがをした部分を清潔に保ったり、圧迫しないように気をつけたりする。 けがの状態を伝えたり、保健室で手当てを受けたりする。

(4)	障害の特性の理解と生活環境の調整に関すること ○障害の特性が、健康な生活に影響していることが分かる。 →感覚（視覚、聴覚、触覚、味覚、嗅覚など）の過敏や鈍麻、手順や方法の独特なこだわりなどの影響因が分かる。 ○より健康に過ごせるように、特性に合わせて自ら生活環境を整える。 →刺激を調整するための必要な支援（教師や周囲の大人に支援を求める、友達に協力を求める、場所を移動する、説明を依頼するなど）について具体的に働きかける。 例・苦手な触感の食べ物は、常時、小さく刻んでもらうように依頼しておく。 ・視覚情報が多いと疲れやすいことを自覚し、必要な物を精選したり、物を置く場所を自分で決めたりして環境を整える。
(5)	健康状態の維持・改善に関すること ○障害から二次的に起こり得る不健康な状態（体力や運動量の低下、過食など）が分かる。 ○健康を保ったり、より健康に過ごしたりするために、自ら健康管理をする。 →体力低下を防ぐため適度に運動し、体力回復のため休息をとる。 →食欲不振や過食に配慮して食事量の調整・制限や栄養バランスを考えた食事をするなど、健康を管理する。 例・適正体重を目指して、楽しみながら体を動かす運動を習慣にして、体重管理をする。 ・主食、主菜、副菜など、バランスのよい食事をする。 ・疲れているときや調子が悪いときは、寝て休息をとる。



2 心理的な安定	
(1)	情緒の安定に関すること ○不安や緊張が高まる要因に気付く。 ○要因への対応方法を身に付ける。 →環境的な要因（睡眠、生活のリズム、体調、家庭生活、人間関係、刺激の統制など）を改善する。 →不安や興奮を静める方法（落ち着ける場所に移動する、深呼吸をする、慣れた別の活動に取り組む、音楽を聴くなど）を身に付ける。 →自分の気持ちを伝える手段（感情を表した絵カードやメモなどの使用）や、自分に合った集中する方法を身に付ける。 ○自分のよさに気付く。 →得意なことや好きなことを生かす。 →成功体験を積み重ね、自信をもつ。 例・集中しやすいように、机の上を片付けて活動に参加する。 ・興奮しそうなときは、自分が安心できる場所に自ら行って落ち着く。 ・不安や悩みがあつて困ったときは、誰に相談して気持ちを伝えればよいかが分かる。 ・好きな活動の種類を増やす。
(2)	状況の理解と変化への対応に関すること ○場所や場面の状況を理解して心理的抵抗を減らす。 ○変化する状況を理解し、適切な行動の仕方を身に付ける。 →事前体験、スケジュールの活用、教師の説明（予測される事態や状況）などで状況が分かる。 →事前に状況に応じた適切な行動を学習する。 →安心できる人と一緒に行動してその状況に慣れる。 例・事前に写真や動画で場所を知ったり、体験学習をしたりすることで、慣れない場所での活動に参加する。 ・スケジュールを理解し、見通しをもって活動する。 ・時間、日程、活動の順序などの変更は、教師からの視覚的な提示で、落ちついて過ごす。 ・普段と違う状況になるときは、好きな友達の隣で活動して慣れる。

- (3) 障害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と
- 情緒が安定し、悩みや難しいことにも前向きな姿勢で、自ら解決しようとする。
- 打ち込めるものなど生きがいを見つけたり、周囲の励まし、期待、賞賛を受けたりしながら、積極的に取り組む姿勢を身に付ける。
- 達成感や成功感から、意欲・関心を高める。
- 同じ障害がある人や、活躍している先輩との関わりから、生き方や考え方を参考にする。
- 例・一日、一週間の目標を自ら立てて活動する。
- ・できなかったことに挑戦したり、何度もやり直したりする。
 - ・自分にとっての自立を考え、苦手なことにも意欲的に取り組む。



3 人間関係の形成	
(1)	他者とのかかわりの基礎に関すること ○身近な人に気付き、信頼感をもつ。 →人の動きを目で追う、身近な教師に自分から手を伸ばしたり声をかけたりするなど、安心して他者と関わる。 →好きな活動や繰り返しの活動で、気持ちを共有する。 →基本的な信頼感は、親子の愛着関係からはぐくまれ、発達段階に応じて対象を広げていく。 ○他者からの働き掛けを受け止めたり、受け入れたりして反応する。 →相互に関わり合う素地を作る。(声かけや心地よい身体接触などの働きかけ、簡単なやりとりの繰り返しなど) 例・教師に名前を呼ばれたら「はい」と返事をする。 ・身近な教師や同じ学級の友達の顔を見て挨拶をする。
(2)	他者の意図や感情の理解に関すること ○他者の考えや気持ちが分かる。 →相手の表情、仕草、言葉、行動、声の抑揚や調子、立場などから、相手の思い、考え、感情などを、総合的に判断したり推測したりする。 ○他者の意図や感情を理解した上で、その場に応じて行動する。 →場に応じて行動する態度や習慣を身に付ける。 例・褒められていることが分かり、笑顔で応じる。 ・相手の表情や態度から、相手の気持ちを理解する。 ・友達が泣いているときは、嫌なことがあったと推測して、優しく声をかけたり、そっとしておいたりする。
(3)	自己の理解と行動の調節に関すること ○自分の得意・不得意なことを含めた行動の特徴が分かる。 →集団の中での他者から見た自分を、全体的に理解する。自分でできること、補助があればできること、他人に依頼して援助を受ければできることなどを知る。 ○集団の中で状況に応じて適切な行動を選択したり、調整したりする。 →行動と出来事の因果関係を理解する、実現可能な目当てや振り返りをする、質問の仕方や気持ちのコントロール方法などを身に付ける。 例・集団生活の中で自分ができる得意な活動を理解して取り組む。 ・集団の中で必要なことは、やりたくなくてもできる範囲の目標を決めて行う。 ・嫌なことがあったときは、教師や友達に相談する。

(4) 集団への参加の基礎に關すること

○集団参加に必要なこと（手順やきまり）が分かる。

→手順、きまり、ルールを理解したり、雰囲気に合わせてたりする。

→相手の思いを受け止めたり、立場を理解したりする。

→分からないときの解決の仕方、日常的な言い回し、尋ね方、具体的なやりとりを身に付ける。

→会話の背景や経過を類推、想像する。

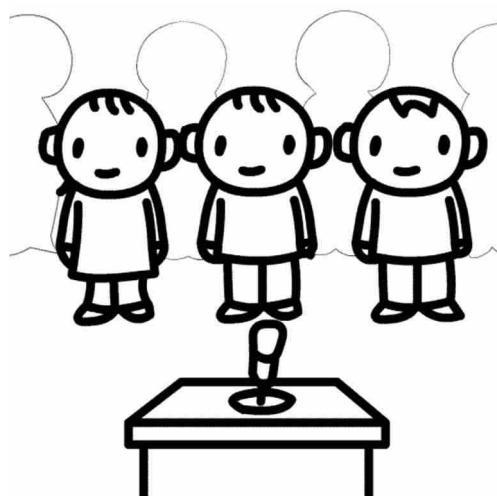
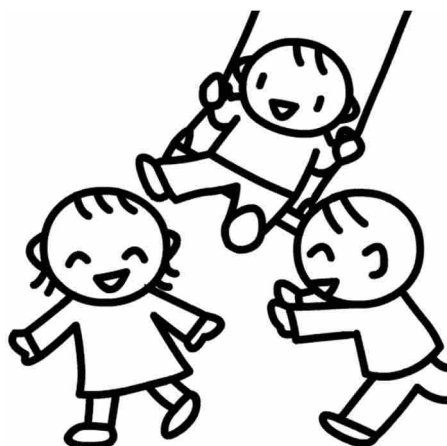
○遊びや集団活動に進んで参加する。

→想定される集団（学級、学年、学部、部活動、委員会など）での活動や実際場面で、積極的に行動する。

例・集会では、クラスでまとまって静かに並ぶ。

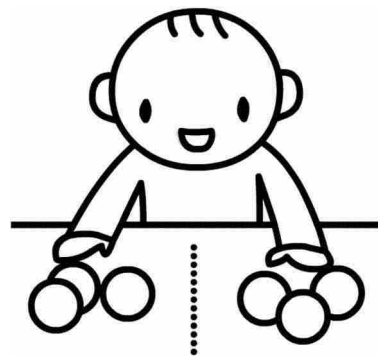
・小集団の遊びでは、遊びのルールを自ら質問したり、話をよく聞いたりして意欲的に参加する。

・決められた係の仕事や当番活動を確実に行う。



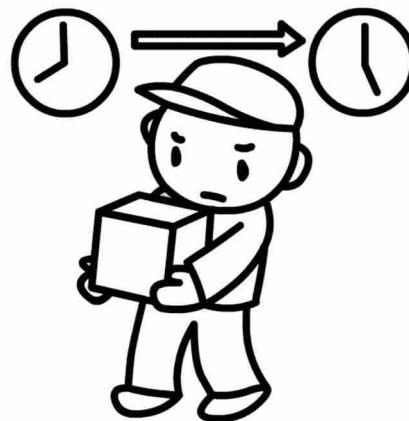
4 環境の把握
(1) 保有する感覚の活用に関すること ○感覚器官で受け止めた感覚を、十分に活かして使う。 →視覚、聴覚、触覚、嗅覚、固有覚（筋肉や関節の動きによって生じる自分自身の身体の情報を受け取る感覚、力の加減や動作などの運動感覚）、前庭覚（重力や動きの加速度を感知する感覚、姿勢のコントロールや速さ・方向などの平衡感覚）を活かす。 ○いくつかの感覚器官を総合的に働かせる。受容した感覚を相互に関連付けて捉えたり、協調させたりする。 →絵カードを見ながら（視覚）、教師の言葉かけを聞く（聴覚）など、複数の感覚を活用する。 →手元をよく見て（視覚）手を動かす（固有覚）など、複数の感覚を協調する。 例・いろいろな感触のものに触れて慣れたり、興味を広げたりする。 ・「ゆっくり」「はやく」などの言葉を聞いて、速さに変化をつける。
(2) 感覚や認知の特性についての理解と対応に関すること ○自分に入ってくる情報や、情報処理過程に特徴的な偏りのあることが、自分で分かる。 →感覚の過敏や鈍麻、情報処理過程の偏り（記憶、思考、判断、選択、決定、推理、ボディイメージなどのイメージ形成）を理解する。 ○感覚や認知の特性が要因となる困難さを、改善できるような工夫をしたり、方法を使ったりして適切に対応する。 →自分の得意な学習スタイルなど、自分に合った方法を知り、積極的に使う。 →不快な感覚を自ら避けたり、少しずつ慣れたりする。 →過剰な自己刺激には、不足する感覚を補ったり、別の適切な活動に代替したりする。 例・ベルの音などの苦手な刺激が分かり、音源から遠ざかったり耳をふさいだりする。 ・苦手な文章の理解は、行間を広げると読みやすかったり、音声で読んでもらえば理解できたりすることが分かって学習する。
(3) 感覚の補助及び代行手段の活用に関すること ○状況を把握しやすくするために、いろいろな補助機器を十分に活かす。 ○他の感覚や機器での代行ができる。 →イヤーマフ、ノイズキャンセルヘッドホン、めがね、タブレット端末、デジタル教科書などのICT機器を使う。 例・イヤーマフをつけたりはずしたりして、音量を調節する。 ・よく見えるようにめがねを使用する。必要なら、聴覚（読み上げ機能など）や触覚（手触りの確認など）も使用して視覚情報を補う。

(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と ○「環境の把握」(1)(2)(3)をまとめて十分に活かし、周囲の環境の状況や情報を収集して把握する。 →補助機器も使用しながら複数の感覚を連携させて収集した情報や、特性も踏まえて処理した情報から、自分と周りの様子を正確に認識する。 ○把握した状況に応じた、的確な判断や行動ができるようにする。 例・活動内容によって、イヤーマフをつけたりはずしたりして音量を調整しながら、活動に参加する。 ・教師の手本を見て(視覚)、身体の動かし方をイメージしながら(ボディイメージ形成)、同じように正しく模倣する(運動感覚)。
(5)	認知や行動の手掛かりとなる概念の形成に関すること ○実体験から、さまざまな基礎的概念を作り上げる。 →経験する中で、共通するものの機能や属性などの性質(空間、時間、位置、物、図地、恒常性、言葉と位置の関連、全体像、抽象的な表現、順序、量、左右など)を抽象してまとめ上げ、概念として身に付ける。 ○基礎的概念を十分に活用する。 →基礎的概念をより高次な概念にしていくために、体験的に見る、触るなどの活動や、疑似体験などの中で十分に活かす。 例・いろいろな形や大きさ、色などに合わせて物の弁別や仲間集めをする。 ・運動場のトラックの白線を全体像として捉え、白線の外側に沿って走ることが分かる。



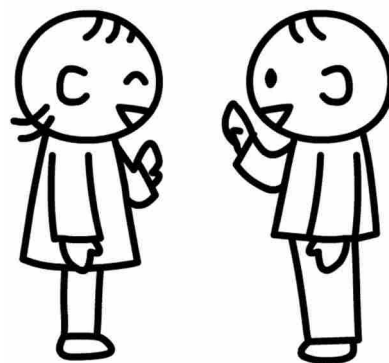
5 身体の動き	
(1)	姿勢と運動・動作の基本的技能に関すること ○日常生活動作の基本的技能を改善・習得する。 →運動・動作の基礎となる姿勢（臥位、座位、立位）保持、姿勢の変換、移動、四肢（上肢・下肢）の粗大運動や微細運動などの基本動作を身に付ける。 →関節の拘縮や変形を予防する。 →筋力を維持・強化する。 例・立位から背筋を伸ばした座位に姿勢を変える。 ・横歩き、後ろ歩き、四つんばいなどができる。 ・親指と人差し指でつまむ。
(2)	姿勢保持と運動・動作の補助的手段の活用に関すること ○日常生活動作や作業動作を補うために、補助具などを活用する。 →座位保持、食事、衣服の着脱のための補助具を使う。 ○適切な補助用具を選んだり工夫したりして、使い方を身に付ける。 →目的や用途に応じて適切な用具を選ぶ。 →補助用具のセッティングや収納の仕方、調整の仕方を身に付ける。 例・椅子の座面に滑り止めシートをつけたり、肘掛けのある椅子を用意したりして座る。 ・補助具をつけた箸で食事する。 ・ひもやリングなどをつけたファスナーの上げ下げをする。
(3)	日常生活に必要な基本動作に関すること ○「身体の動き」（１）が改善・習得された上で、身辺処理や学習のための基本動作を身に付ける。 →食事、排泄、衣服の着脱、洗面、入浴、書字、描画などの動作を身に付ける。 →安定した座位や立位のまま、上肢や手先の運動をする。 →身体の正面で両手を合わせたり、身体のほとんどの部位に指先が届いたりする。 →手の動きを目で追う。 例・左手で牛乳瓶を支えてふたを取ったり、ジャムの封を切ったりする。 ・立位で靴の脱ぎ履きができる。 ・よい姿勢で座って、鉛筆を正しく持ち、なぞり書きや縦線書きをする。 ・手の動きをよく見ながら、鍵ホックのはめ外しをする。

(4)	身体の移動能力に関すること ○日常生活に必要な移動能力の向上を図る。 →目的の場所まで自分で身体を動かす力をつける。 →起伏や傾斜のある場所、階段昇降、集団に合わせたペースなど、安定して歩く。 例・手すりを使わずに階段の上り下りをする。 ・やや長い距離（発達段階に合わせて、学校の外周1周など）を歩く。 ・校外行事（遠足、修学旅行など）で集団のペースに合わせて歩く。
(5)	作業に必要な動作と円滑な遂行に関すること ○作業に必要な基本動作を習得する。 →作業するために必要な動作として、座位保持しながら手先を使う、道具を使用するなどを身に付ける。 ○巧緻性や持続性の向上を図り、作業を円滑に遂行する力を高める。 →両手の協応、目と手の協応、正確さや速さ、持続性や敏捷性を向上させる。 →条件が変わっても、正確さや速さを維持する。 →指先のより細かい動き、イメージ通りの身体の動き、段階的に高度な動きを身に付ける。 →一つ一つの動作を連続して行うなど、動きの自己調整や改善をする。 例・時間内は続けて作業に取り組み、正確に行う。 ・片手や両手で物を積み上げたり、箱に収納したりする。必要があれば、座位から立位に姿勢を変えて積み上げたり、収納したりする。 ・作業内容に合わせた手の動き（つかむ、つまむ、ひねるなど）をする。



6 コミュニケーション	
(1)	コミュニケーションの基礎的能力に関すること ○障害の種類や程度、興味・関心などに応じて、相手に伝えようとする内容や伝える手段を広げる。 →年齢や発達段階などを踏まえて、音声、表情、身振り、しぐさ、絵カード、ジェスチャー、各種機器などで、意思や要求のやりとりができる。 →好きなことや興味のある活動などを通して、やりとりの楽しさを知る。 例・「○」「×」のカードや指差しで、やりたいことや好きな物を意思表示する。 ・玩具で遊んでいる人の顔を見たり、簡単なジェスチャーで「貸して」と伝えたりする。 ・本人が好きな手遊びを楽しみ、笑顔で過ごす。
(2)	言語の受容と表出に関すること ○言語による相手の意見や思い、指示を受け止める。 ○相手の意思に応じて、自分の考えを伝える。双方向で意思を伝え合う。 →音声、文字（話し言葉も含む）などで伝え合う。障害の状態などに応じて、身振り、表情、具体物、絵、記号、写真、タブレット端末なども併用する。 例・教師が示した選択肢（音声言語と写真カード）の中から、行きたい場所を言葉や写真カードで伝える。 ・「お茶を飲みましょう」の指示を受け止め、「飲みません」と返事をしたり、首を振って伝えたりする。
(3)	言語の形成と活用に関すること ○やりとりしながら言語概念の形成を図る。 →造形活動、ごっこ遊び、模倣などの体験や、具体的な事物・現象と、言葉の意味を結び付けて理解する。 →理解した言葉の語彙や文法体系を習得しながら、自己の行動に対応した言語概念を身に付ける。 ○やりとりを通して体系的な言語を身に付ける。 →生活経験を通して獲得した言語を、目的に応じてより機能的に使えるよう組織化するなどして、体系的に理解する。 例・絵本の読み聞かせで見た果物と同じ実物を見たら、果物の名前を言う。 ・体験したことを質問（5W1H）に応じて言ったり、文章で書くときは教師とやりとりしながら書く内容を決めたりする。

(4)	コミュニケーション手段の選択と活用に関すること ○円滑なコミュニケーションのための手段を知る。 ○コミュニケーション手段を適切に選択したり、組み合わせたりする。 →手段のもつ特徴を知り、より効率のよい（伝わりやすい、分かりやすい、早く伝わるなど）手段を選んで活用する。 →文字言語や音声言語だけでなく、代替手段を使用する。（筆談、文字盤、コミュニケーションボード、シンボル、サイン、音声出力、身振り、絵カード、メモ、吹き出し、文字やセリフの書き加え、写真、コンピュータの読み上げ機能、図を用いたマインドマップ、タブレット端末など） 例・思い出を話すときは、しおりを時系列で話すための拠り所にしたり、友達にしおりを見せて示したりする。 ・お礼の言葉を話したり、手紙やパソコンソフト（メール）で伝えたりする。 ・遊びに行くときは、教師の肩をたたいて呼び止め、行く場所を言葉や絵カードで伝える。
(5)	状況に応じたコミュニケーションに関すること ○場や相手の状況に応じて、コミュニケーションをする。 →相手の気持ちや立場（友達・目上）などの人間関係に合わせた言葉の遣い方、場面（会議、電話、部屋の広さ）に応じた話題の選択、声の大きさの調整など、場面にふさわしい表現方法を身に付ける。 ○主体的にコミュニケーションを展開する。 →会話が続くように、自ら話しかけたり、話題を広げたりする。 →自分で内容をまとめながら聞く力、話をまとめる力、分からないときに聞き返す力、相手の表情にも注目する態度を身に付ける。 例・分からないことがあったら、教師に敬語で質問する。教師の返答を受け、内容を確かめる。 ・保健室では、ベッドに寝ている人がいたら、より小さな声で用件を伝える。教室に戻ったら、声の大きさを変えて教師に用件の結果を伝える。



自立活動の時間における指導「年間指導計画案」様式・作成ポイント

部 年 通常学級 : 児童生徒数 名 (児童生徒A その他 名) 教員数 名

小学部：通常学級、重複障害学級

中学部：観点別グループ（課題、運動、関わり）、重複障害学級

高等部：Ⅰ類型、Ⅱ類型、Ⅲ類型（重複障害学級）

小学部：通常学級 2.5 時間、重複障害学級 10 時間

中学部：通常学級 2 時間、重複障害学級 4 時間

高等部：Ⅰ類型 1 時間、1 年Ⅱ類型 4 時間、1 年Ⅲ類型 5 時間

2、3 年Ⅱ類型 2 時間、2、3 年Ⅲ類型 3 時間

指導計画（週 時間）

	区分	題 材 名 及 び 指 導 内 容 (使用教材)	時間	反省・記録
1 学 期	健 (1) 心 (3)	「 題材名 」 ()		
		集団指導・個別指導、自立課題・個別課題、児童生徒名などを記入する		
		・指導する内容を具体的に記入する。		
2 学 期		教材		
		授業で使用する教材を記入する 例：ストロー、型はめ など		
3 学 期		指導内容に関連する区分・項目を記入する 区分の記号：健…健康の保持 心…心理的な安定 人…人間関係の形成 環…環境の把握 身…身体の動き コ…コミュニケーション 項目：小・中学部は 27 項目 高等部は 26 項目から選ぶ		
合計時間数				

平成 30 年度の具体的な取り組み

校内研究で取り組んだ実践事例の中から 12 の事例を、以下の順に掲載する。

- 1 自立活動「指導内容作成シート」
- 2 自立活動の時間における指導「年間指導計画案」
- 3 自立活動の時間における指導「具体的な指導内容」



実践事例一覧表

部	事例	学年・学級 グループ・類型	障害の種類	ページ
小学部	1	通常学級・1年	自閉スペクトラム症	31 から 33
	2	通常学級・3年	自閉スペクトラム症	34 から 36
	3	通常学級・5年	広汎性発達障害	37 から 39
	4	重複障害学級・6年	脳性麻痺	40 から 42
中学部	5	課題グループ 通常学級・3年	自閉症	43 から 45
	6	運動グループ 通常学級・2年	自閉症	46 から 48
	7	関わりグループ 通常学級・1年	自閉症	49 から 51
	8	重複障害学級・2年	自閉症	52 から 54
高等部	9	I 類型 通常学級・2年	広汎性発達障害	55 から 57
	10	I 類型 通常学級・3年	プラダーウィリー症候群	58 から 60
	11	II 類型 通常学級・1年	知的障害	61 から 63
	12	III 類型 重複障害学級・1年	自閉症	64 から 66

事例 1

1 自立活動「指導内容作成シート」

児童名 A：小学部 1 年 通常学級 障害の種類（ 自閉スペクトラム症 ）

個別の教育支援計画 長期目標	友達と手をつないで移動したり、呼びかけたりすることができる。
-------------------	--------------------------------

実 態 把 握 ・ 課 題	障害の状態・発達（検査結果）・経験・興味関心・長所・課題などの情報収集
	①学習上・生活上の困難、学習状況（できていること・支援があればできること）など
	・机上での作業が 15 分ほどできるが、椅子から落ちそうになったり、椅子の上に脚を乗せたりすることが多く姿勢が崩れやすい。長椅子に座ると寝転がることが多い。（身・環）
	・教師が足裏や足指を触ると力が入る。（心・身）
	・立位で静止することが難しく、ふらつきやすい。（身・環）
	・歩くときに、つま先立ちで歩くことが多い。（身）
	・友達と手をつなぐとき、すぐに手を離してしまう。（人・身）
	②考えられる要因、特性など
	・四肢の筋力が弱く、バランス感覚も低いため、姿勢保持や移動など日常生活の基本動作が不安定である。（環・身）
	・ボディーイメージが未発達である。（環・身）
	①②から、約 3 年後に目指す姿
	・高学年では、友達と自ら手をつないで移動することができる。（人・環・身）
	中心的課題
	・座位や立位で姿勢を保持すること。
	・ボディーイメージを高めること。



指導 目標	・座位や立位の姿勢を保持できるよう、体幹やボディーイメージを高める。
----------	------------------------------------



健康の保持	心理的な 安定	人間関係の 形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
	(2)	(1)	(1) (2)	(1) (4)	

具体的 指導 内容	体幹の支持性やバランス感覚を養うための運動、四つんばいや片足立ちなどの姿勢保持に取り組む。	触れ合い遊び、動きの模倣を通してボディーイメージを高める。	両足を床につけた姿勢をとれるようにするため、足裏のタッピングや足指のほぐし、凸凹マットでの歩行に取り組み、足裏や足指の意識を高める。
指導 場面	自立 体育 遊び	自立 体育 遊び	自立

事例 1

2 自立活動の時間における指導「年間指導計画案」

小学部 1 年 通常学級：児童数 5 名（児童 A その他 4 名）教員数 2 名

指導計画（週 2.5 時間）

	区分	題 材 名 及 び 指 導 内 容（使用教材）	時間	反省・記録
1 学 期	① 身 (3) (5) 環 (1)	①持ち物整理と着替え（全員） ・靴から持ち物を出し、決められた場所に置く。 ・着替え用マットを床に置く。 ・立位で上靴を脱ぎ、そろえる。 ・裏返らないように座って／立位で通学ズボンを脱ぐ。 ・前後を確認して体操ズボンを履く。 ・片足で立ち、かかとを入れて上靴を履く。 ・ハンカチをポケットに入れる。 ・裏返らないように上着を脱ぐ。 ・シャツの裾を体操ズボンに入れる。 ・前後を確認して、体操服を着る。 ・脱いだ服を畳み、脱衣かごに入れる。 ・脱衣かごをロッカーに片付ける。	30	
		教材 手順表、マット、写真カード		
2 学 期	② ③ 心 (2) (3) (1) (3) 身 (2) (3)	②自立課題（全員） ・着替えのあと、用意された課題に取り組む。 ・できたら教師に「〇〇先生、できました」と報告する。	37.5	
		教材 プットイン、形合わせ、パズル、1対1対応教材、 ひも通し、ボタンやペットボトルキャップ など		
3 学 期	③ 身 (2) (3) 環 (2) (4) (5) コ (1) (3) (5)	③個別課題（全員） ・時間があるときに、教師と 1 対 1 で個別課題を行う。 ・指示通り課題を進める。 【個別課題内容】 ＊足指や足首のほぐし、あぐら、四つんばい、バランスボール運動（児童 A） ＊あぐら、四つんばいなどの姿勢保持、平均台やハードル、手先を使った課題（その他児童）	17.5	
		教材 バランスボール、平均台 など		
合計時間数			85	

事例 1

3 自立活動の時間における指導「具体的な指導内容」

児童A：小学部1年 通常学級 障害の種類（ 自閉スペクトラム症 ）

- 1 題材名 体を動かそう
- 2 実態・ねがい

実 態	ねがい	関連する 区分・項目
①教師が足裏全体や指先を触ると力が入る。立つときや歩くときにつま先立ちになることが多い。	①教師が足指をほぐすことを受け入れられる。凹凸のあるマットの上で足踏みをすることができる。	①心（2） 人（1） 身（1） 環（1）
②バランスボールに座り、足裏をつけた姿勢を5秒程度保持できる。跳ねるときは、つま先だけで跳ぶ。手押し車の動きでは、腕で支えることが難しい。	②足裏全体をつけたままの姿勢を保持し、跳ねるときも足裏全体を使うことができる。バランスボールの上に腹をのせ、手のひらを床についた姿勢を保持したり、腕を動かして前に進んだりできる。	②身（1） 環（1）

3 指導の実際

児童の活動内容	指導の手だて（合理的配慮を含む）
①「あしのたいそう」 ・教師に足裏全体や指先を触れられることを受け入れ、足指をほぐしたり、足首を動かしたりする。 ・自分の手やブラシを使って、足裏全体をタッピングする。（写真1） ・凹凸のあるマットに立ち、足踏みをする。  （写真1）	① ・触る場所を伝えてから優しく触る。 ・気持ちよさを感じられるように、いろいろな感触のブラシ（写真2）を使い、好きな物を選ぶようにする。（写真2） ・教師が前に立ち、模倣できるようにする。足裏全体がついていることを確認しながら、ゆっくりと行う。  （写真2）
②「バランスボール」 ・足裏全体を床につけてバランスボールに座る。 ・教師の合図に合わせて10回バウンドしたあと、座った姿勢を保持する。 ・バランスボールの上に腹を乗せ、手のひらを床につけた姿勢を保持する。（写真3）  （写真3）	② ・足裏全体がしっかり床につくように、体の大きさに合わせたバランスボールを使う。 ・「足ぺったん」と言葉かけして、足裏をつけることを促す。 ・教師もバランスボールに座り、姿勢を模倣できるようにする。 ・手のひらを開いて床につけられないときは、教師が手を支える。

4 指導の振り返り

（児童の学習の様子、他教科との関連を含めた成果、今後の課題など） ①指導を始めたときは、教師が足裏全体や足指を触ろうとすると嫌がるものがほとんどだったが、徐々に触られることに慣れて力を抜けるようになってきた。椅子に座っているとき「足ぺったん」と伝え、足裏全体をつけることもできるようになってきた。歩くときはつま先立ちになるため、引き続き指導していきたい。 ②バランスボールに座ったときにふらつくことが多かったが、足裏をつける意識が出てきた。朝の会・帰りの会でバランスボールに座るようにしており、1学期始めは教師がボールを支えていたが、補助する時間が短くなった。手押し車の姿勢では、腕を伸ばし、手を床につけて体を支えられるようになり、体育では自ら四つんばいの姿勢をとるようになってきた。椅子に座るときには、1学期に比べて背中が伸びるようになってきた。

事例2

1 自立活動「指導内容作成シート」

児童名 B：小学部3年 通常学級 障害の種類（ 自閉スペクトラム症 ）

個別の教育支援計画 長期目標	スケジュールを見て、落ち着いて行動する。 自分の気持ちを言葉や適切な方法で伝えることができる。
実 態 把 握 ・ 課 題	障害の状態・発達（検査結果）・経験・興味関心・長所・課題などの情報収集 ①学習上・生活上の困難、学習状況（できていること・支援があればできること）など ・経験したことはよく覚えており、過去の経験から、思っていた予定、内容と違うと「嫌だ」「やらない」と大きな声を出す。（心・環・コ） ・予定が変更して、気持ちが乱れたときに、「そういうときもあります」という言葉かけで、ある程度気持ちを切り替えることができる。（心・環・コ） ・全体での言葉の指示は通らない。視覚の情報（文字、イラスト）を加え、短い言葉で個別に伝えた方が通りやすい。（人・環） ・友達の活動に注目することが難しい。順番、交代を意識しない。（人・コ） ②考えられる要因、特性など ・興味関心の偏り。興味のあるキャラクターには注目できる。（人・環・コ） ・自己刺激行動に没頭しがちである。（心・環） ①②から、約3年後に目指す姿 ・高学年では、話している教師や活動している友達、周囲の状況に注目できる。（人・環・コ） 中心的課題 ・スケジュールをもとに、いろいろな活動に安心して取り組めること。 ・話をするとき、話を聞かるときに、相手（顔、目）を見ること。



指導 目標	・日常的な定型場面では、教師や友達の名前を呼びかけてから挨拶や依頼をする。
----------	---------------------------------------



健康の保持	心理的な 安定	人間関係の 形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
	(2)	(1) (3) (4)	(2) (5)		(1) (2)
具 体的 な 指 導 内 容	身近な教師や友達の名前を呼びかけてから挨拶や依頼をする。挨拶の仕方を繰り返し練習する。	話している人の顔を見るように言葉かけをする。写真カードを使い、教師や友達の名前を覚える。	教師や友達の話を聞き、内容を理解する。選択肢を用意し、聞き取れたかどうかを確認する。		
指導 場面	自立 日生 給食	自立 国語 遊び	国語 自立		

事例2

2 自立活動の時間における指導「年間指導計画案」

小学部3年 通常学級：児童数5名（児童B その他4名）教員数2名

指導計画（週2.5時間）

	区分	題 材 名 及 び 指 導 内 容（使用教材）	時間	反省・記録
1	① ② 身 (1) 人 (1) 環 (1)	①体を動かそう…月、金曜日 ・新聞棒体操をし、教師や友達の動きを模倣する。 ・上体起こしをする。（教師や友達と息を合わせる、新聞紙の棒を使う、手をつなぐ） ②支える力をつけよう…月、金曜日 ・上肢（肩甲骨・腕・手指）、体幹で体を支える運動 （四つんばい姿勢から、ねこ、ライオン、ワニのポーズ、腕立て伏せのポーズ、手押し車、ワニ、あざらしのポーズでトンネルくぐりなど） ・足裏、足指で体を支える運動 （つま先立ち、かかとの上げ下ろし、片脚立ち、新聞輪を送るリレー、ケンケンリレーなど）	32.5	
		教材 写真カード、マット、新聞紙 など	37.5	
2	③ ④ 身 (3) 心 (1) (2) 人 (2) 環 (4) コ (1) (2)	③課題学習をしよう（自立課題）…火、水、木曜日 ・複数の課題の中から、自分で選択した課題に取り組む。完了報告をする。 ④課題学習をしよう（個別課題）…火、水、木曜日 ・教師とマンツーマンや、友達とペアで取り組む。 ・口の体操、発声練習、挨拶、依頼の仕方（児童B） ・簡単なゲームをする。ルール、順番を守る。（児童B） ・箸、ピンセット、 tong などをつまむ。洗濯ばさみをつまむ。 ・鉛筆を正しく持つ、曲線を書く、点つなぎなど ・ねじ、ふたなど、指先でひねる。 ・ビーズ通し、ブロックの組立てなど	17.5	
		教材 鉛筆、点つなぎプリント、フェルト玉、ビーズ、箸、ピンセット、 tong、ボルトナット、洗濯ばさみ、鏡、ビンゴカード、ブロック、すごろく など		
合計時間数			87.5	

事例 2

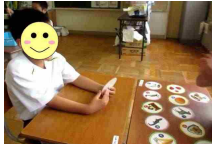
3 自立活動の時間における指導「具体的な指導内容」

児童 B：小学部 3 年 通常学級 障害の種類（ 自閉スペクトラム症 ）

- 1 題材名 かっこいい男の子になろう
- 2 実態・ねがい

実 態	ねがい	関連する 区分・項目
①自己刺激行動に没頭しがちで、話している教師や周囲の状況に注目することが難しい。	①話をするとき、聞くときに、相手の顔を見ることができる。教師や友達の名前を呼びかけてから、挨拶や依頼ができる。	①心（2） 人（1） コ（2）
②友達の活動に注目することが難しい。順番、交代を意識せず「Bがやる」と声を荒げて怒る。	②順番や簡単なルールを守って活動することができる。	②人（3） （4）

3 指導の実際

児童の活動内容	指導の手だて（合理的配慮を含む）
① 「素敵な挨拶、お願いの仕方」 ・友達と向かい合って座り、「〇さん、おはようございます」と互いに挨拶をする。 ・自分の欲しいカード（写真 1）を「〇さん、（物の名前）のカードをください」と友達に伝える。（写真 2） ・依頼された側は、言われたカードを取り、「どうぞ」と手渡す。 ・「ありがとう」と言って受け取る。 ・依頼する側、される側を交代して行う。   (写真 1) (写真 2)	① ・あらかじめ活動内容を示し、児童同士で学習を進められるようにする。 ・鏡を用意し、表情や口の形などを自分で確認できるようにする。 ・上手に挨拶できたときは大いに褒める。 ・依頼の仕方を定型文で示す。 ・依頼するときは、相手の顔を見て、名前を呼びかけてから話すよう、繰り返し練習する。 ・依頼されるときは、相手の顔を見て何のカードが欲しいのか集中して聞くように促す。 ・慣れてきたら複数のカードを依頼したり、食べ物、動物などテーマを決めて選択したりして変化をつける。
② 「ビンゴゲームをしよう」 ・数字のカードを 1 枚引き、読み上げる。 ・手元のカードに数字があれば「あります」と言って穴を開ける。（写真 3）なければ「ありません」と伝える。 ・数字を引く役割は 1 回ごとに交代する。  (写真 3)	② ・読み上げられる数字を集中して聞くように言葉かけをして促す。 ・友達をせかすような言動があったときは、「優しく言おうね」など言葉かけをし、丁寧な言い方を教師が示し、気付きを促す。

4 指導の振り返り

（児童の学習の様子、他教科との関連を含めた成果、今後の課題など） ①学級の友達や身近な教師の名前を覚え、自分から名前を呼びかけて挨拶できるようになった。給食では近くの教師に「おかわりをください」と依頼したり、隣の席の友達に「おいしいね」と話しかけたりする姿も見られるようになった。 ②ビンゴゲームは、読み上げられた数字が手元のカードにないと怒っていたが、「あります」「ありません」と冷静に答えられるようになった。数字を引く順番を「早く」とせかすことなく待ち、「どうぞ」と自分から交代できるようにもなった。

事例3

1 自立活動「指導内容作成シート」

児童名C：小学部5年 通常学級 障害の種類（ 広汎性発達障害 ）

個別の教育支援計画	場や状況に応じた会話ができるようになる。
長期目標	友達と協力して係の仕事をやり遂げる。
実態把握課題	障害の状態・発達（検査結果）・経験・興味関心・長所・課題などの情報収集 ①学習上・生活上の困難、学習状況（できていること・支援があればできること）など ・話すことが好き。自分の思いや気になることを伝えることができる。（人・コ） ・自分の話したいことは、状況に関わらず教師や友達に話しかける。二つのことを同時に処理することが苦手である。（心、人、環、コ） ・「静かに」「後でね」と言葉かけをすることで、話すことをやめることができる。その後、同じような状況があった場合も話しかけてくる。（心・人） ・決められた枠内に文字や数字を書けないことがしばしばある。（環） ②考えられる要因、特性など ・状況（因果関係・相手の表情や様子）把握の力や暗黙の了解を察する力が弱い。（心・環・コ） ・人の話しに集中できない場面が多いが、自分への個人的な指示は、聞いて行動できる。（人・環） ①②から、約3年後に目指す姿 ・場の状況を踏まえて適切な言葉を遣ってやりとりができる。（心・人・環・コ） 中心的課題 ・場や相手の状況に応じた適切な言葉や行動を知り、日常生活で活用できること。 ・状況把握に必要なポイントを知り、状況を判断する力を身に付けること。



指導目標	・SSTを繰り返し、場や状況に応じた適切な言動を知る。 ・日常的な定型場面では、相手の状況を把握して話することができる。
------	---



健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
	(2)	(3)	(4) (5)		(5)
具体的な指導内容	状況把握の手がかりとなる、自分と相手の5W1Hを確認する。授業中での適切な発言や質問の方法を身に付ける。	話してもよい適切な場面を自分で考えたり、選んだりしながら話す。選んだ合理的な理由を確認する。	SSTのボードゲームや、表情・感情当てクイズを通じて、視点や物の見え方の違いに気付く力を高める。		
指導場面	自立 日生 生単 国語 算数	自立 日生 生単 国語 算数	自立		

事例3

2 自立活動の時間における指導「年間指導計画案」

小学部5年 通常学級：児童数5名（児童C その他4名）教員数2名

指導計画（週2.5時間）

	区分	題 材 名 及 び 指 導 内 容（使用教材）	時間	反省・記録
1 学 期	① 心 (2) (3) 環 (2) (4) (5) 人 (2) (3) (4) 身 (5) コ	①ワークシステムによる自立課題（全員） ・黒板のスケジュール表を持って決められた席に座る。 ・手順書の番号を見て、課題に取り組む。 自分でスケジュールを組んで課題に取り組む。 ・課題ができたら、教師に報告する。課題を元の場所に戻す。 ・教師の指示に従って、次の番号の課題に取り組む。 ・間違いを指摘されたら修正して報告する。 ・分からないときには「〇〇先生、教えて下さい」と聞く。 また、何が分からないのか簡単に言葉で説明する。 ・終了時間が来たら途中でも課題を終えて片付ける。途中で終わったときは「〇〇先生、途中です」と報告する。	32.5	
	(4) (5)	教材 1対1対応教材 プリント教材（漢字、名前、図形、計算） カテゴリー分け プットイン課題 パズル 組み立て など		
	(4) (5)		34.5	
	② 人 (4) (5) コ (4) (5)	②自立課題を中心に指導し、個別指導を追加する。（全員） 【5月以降】 ・手先の巧緻性を高める課題、ソーシャルスキルトレーニング、 ライフスキルトレーニング（児童C） ・手先の巧緻性を高める課題、上肢の筋力のコントロール、なぞり書き、プットイン課題（その他児童）		
	③ 人 (4) コ ・ (5)	③集団を意識して歩く（全員） ・教室と教材学習室の移動時は、前の児童の後ろを同じ間隔を保って1列で歩く。廊下の右端の壁に沿って歩く。 ・移動時に会える教師や児童生徒に、自分から大きな声で挨拶する。	17.5	
3 学 期				
合計時間数			87.5	

事例 3

3 自立活動の時間における指導「具体的な指導内容」

児童C：小学部5年 通常学級 障害の種類（ 広汎性発達障害 ）

- 題材名 ①いろいろな課題にチャレンジしよう（月、水、金）
②場面や人の気持ちを考えよう（火、木）
- 実態・ねがい

実 態	ねがい	関連する 区分・項目
①ワークシステム（自立課題の学習）では、急いで課題を済ませる、報告のときに状況を把握できない場面がある。	①最後まで丁寧に課題に取り組んでほしい。適切な言葉や方法で報告や質問ができるようになってほしい。	①環（5） 人（4） 心（2）
② SST ゲームはペアの友達と自主的に取り組める。喜怒哀楽を言葉で答えることができる。回答についてはポイントが少しずれることがある。状況に応じた言動について、自分の考えを発表できる。	②状況（因果関係・相手の表情や様子）把握の力や暗黙の了解を察する力が向上するとよい。自分の思いを伝えるだけでなく、友達の意見も聞いて受け入れられるようになってほしい。	②環（5） コ（5） 人（4）

3 指導の実際

児童の活動内容	指導の手だて（合理的配慮を含む）
①「目標を決めて課題に取り組もう」 - 手順書の番号を見て、課題に取り組む。 - 課題ができたら、丁寧な言葉で教師に報告する。自分で選択し、次の番号の課題に取り組む。（写真1） - 間違いを指摘されたら修正して報告する。 - 終了時間が来たら、途中でも課題を終えて片付けをする。（写真1）	①（月、水、金） - 自分でスケジュール（写真2）を組んで課題に取り組むことで最後まで意欲的にできるように促す。 - 分からないところを相手に伝わる言葉で質問ができたら、助言する。 - 課題の途中で終了時間を迎えたら、「〇〇先生、途中で」と報告することをルールとする。 - 目標数を達成できたら賞賛する。（写真2）
②「登場人物の気持ちを考えよう」 - SST ボードゲームを二人で協力して準備をする。すごろくで止まったところのカードを読む。場面を考え、自分の気持ちを発表する。友達や教師の意見を聞く。 - 質問事項が分からないときは、教師にヒントを出してもらう。 - タイマーが鳴ったら、二人で協力して片付ける。	②（火、木） - 準備が完了するまで、言葉かけをしないで見守る。（写真3） - カードの質問内容が理解できないときは、分かりやすい内容に置き換えて、質問する。 - 回答のポイントがずれていた、分からないときは、状況に応じて選択肢を与える。（写真3）

4 指導の振り返り

（児童の学習の様子、他教科との関連を含めた成果、今後の課題など） ①決められたルールを守って、報告や質問ができる場面が増えた。改善点を具体的に伝えることで丁寧に課題に取り組んだり、適切な言葉でやりとりをしたりすることができるようになった。国語、算数、生活単元学習の授業場面でも適切な発言や行動が見られるようになった。 ②SST ボードゲームでは、学校生活、家庭、地域、その他の場面での質問カードを読んで、自分の考えを発表した。ペアの友達や教師の意見も必ず聞くようにしたところ、会話をしながら、さまざまな意見を受け入れられるようになった。より多くの場面、状況を設定して、言葉や行動の手掛かりとして応用できるようにしていきたい。

事例4

1 自立活動「指導内容作成シート」

児童名D：小学部6年 重複障害学級 障害の種類（脳性麻痺）

個別の教育支援計画 長期目標	手先を使った課題に集中して取り組む。
実態把握	障害の状態・発達（検査結果）・経験・興味関心・長所・課題などの情報収集 ①学習上・生活上の困難、学習状況（できていること・支援があればできること）など - 好きな活動があり、それを楽しみにして、前向きに活動できる。（心） - 活動の最中に、独り言を言う、歌を歌う、頭を上下に振ることが多い。また、急に立ち上がり、教室を歩き回ることもある。（心・環） - 小4のときに、尖足のため、アキレス腱延長の手術を受けている。（身） - 立位姿勢のときは、机や壁にもたれかかることが多い。歩行の際は、前傾姿勢になりやすく、歩行がやや不安定である。（身） - 給食や課題中など椅子に座っているときは、机に肘をつくことが多い。机がない場合は、両足の膝が伸び、だんだん骨盤が後ろに倒れる。（身） ②考えられる要因、特性など - 自分の世界に入りやすく、自己制御が苦手である。（心・環） - 足の変形や筋緊張がある。（身） - 姿勢を保持するための体幹が弱い。（身） ①②から、約3年後に目指す姿 - 椅子に座り、机上での課題に集中して取り組むことができる。（心・環・身） 中心的課題 - 姿勢保持に必要な筋力や感覚を高め、机上での課題に集中して取り組むこと。



指導目標	- 一つの課題を終えるまで、座って取り組むことができる。 - 体幹や筋力を高める。
------	--



健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
(5)	(1)	(1)	(2)	(1) (3)	
具体的指導内容	短時間で一人で完結できる課題に取り組むことで、集中力を高める。 教師と手を繋ぎ、校舎周りを一定のペースで歩くこと、坂道の上り下りや土手登りをすることで、筋力や体幹を鍛える。 臥位や座位をとり、教師と一緒に身体を緩める。膝立ち姿勢の維持やバランスボールに乗ることで体幹を鍛える。				
指導場面	自立 日生 生単 自立 日生 自立 日生				

事例4

2 自立活動の時間における指導「年間指導計画案」

小学部5、6年 重複障害学級：児童数4名（児童D その他3名）教員数2名

指導計画（週10時間）

	区分	題 材 名 及 び 指 導 内 容（使用教材）	時間	反省・記録
1 学 期	① 心 (1) 環 (2) 身 (3) コ (1)	【2限目】「できることを増やそう」 ①自立課題（全員） ・机上での課題（プットイン、ボタンの留め外し、運筆など）に15分間取り組む。 ア：自分の棚から課題を取り出す。 イ：課題に取り組む。 ウ：課題が一つ終わったら、絵カードや身振りなどで、「できた」または「できました」と教師に報告する。 エ：スケジュール表にシールを貼る。 オ：課題を自分で棚に戻す。 （※アからオを繰り返す） ・身通しをもち、静かに座って課題に取り組む。 ・一人で課題を進める。	124	
		教材 ペグ差し、プリント など		
2 学 期	② 人 (1) 身 (1) (3)	②個別課題 ○うんどうグループ（児童D、その他1名） ・ストレッチ、スクワット、踏み台昇降、あぐら座位など、筋力をつける運動に教師と取り組む。	136	
		教材 セラピーマット、バランスボール など		
3 学 期	心 (1) 人 (1) コ (1) (2)	○おはなしグループ（その他2名） ・教師にほしいものを依頼する、教師の指示を聞いて活動するなどの課題に取り組む。		
		教材 ホワイトボード、写真カード など		
3 学 期	③ 健 (5) 人 (1) 身 (1)	【5限目】「たくさん歩こう」 ③校舎周辺の歩行 ・友達や教師と手を繋いで歩く。 ・足元をよく見て歩く。 ・坂道を駆け上がる。 ・手を使わずに土手登りをする。 ・階段は目線を前にして、手すりを使わずに上り下りする。	90	
		教材 歩いた周を数える表、ペットボトル		
合計時間数			350	

事例 4

3 自立活動の時間における指導「具体的な指導内容」

児童D：小学部6年 重複障害学級 障害の種類（脳性麻痺）

- 1 題材名 できることを増やそう
- 2 実態・ねがい

実 態	ねがい	関連する 区分・項目
①スケジュール表を自分で確認し、見通しをもつことができる。課題中に、大きな声で独り言を言う、突然立ち上がり歩き回ることがある。	①机上での課題では、一つの課題を終えるまで、座って静かに取り組むことができる。	①心（１） 環（２） 身（３）
②あぐら座では、骨盤が後ろに倒れ、背中が曲がった姿勢になる。片脚立ちで姿勢を保持することが苦手である。	②腰を起こした状態で、さまざまな姿勢をとることができる。	②人（１） 身（１） （３）

3 指導の実際

児童の活動内容	指導の手だて（合理的配慮を含む）
① 「座って取り組もう」 ・課題をやる際の、めあてを確認する。  ・スケジュール（写真1）を確認し、課題後にやりたい活動を選ぶ。 ・正しい座位を確認する。 ・順番に課題に取り組む。（写真1）	① ・「くちをとじる」「すわる」と文字で示しながら、教師と一緒にめあてを読んで確認する。 ・意欲を高めるために、課題の後に好きな活動を選択できるようにする。 ・身体に合った椅子を用意する。姿勢を意識できるように教師が背中や足に触れる。 ・刺激が少ない座席配置にする。 ・短時間で、一人で完結できる課題を設定する。
② 「体を鍛えよう」 【毎日】 ・あぐら座で、教師の補助を受けて、前後に体を倒す、腰をまっすぐに起すなどをする。  ・ストレッチポールの上に仰向けで寝て脱力する。（写真2） 【月・水・金】 ・片膝立ち、両膝立ちの姿勢を保持する。（写真3）  【火・木】 ・バランスボールに座り、バウンド運動をする。 （写真3）	② ・「背中をピッ」「だら一ん」など動作に合わせて言葉かけをする。 ・終わりが分かるように、カウントをする。 ・力が入っている部分に軽く触れ、力を抜くように促す。 ・姿勢が崩れてきたときには、腰や肩に触れて、正しい姿勢に戻すように促す。 ・教師がカウントをし、保持できたら賞賛する。 ・教師がバウンドした回数をカウントし、「次は○回続けよう」と目標を示し、できたら賞賛することで、意欲を高める。

4 指導の振り返り

（児童の学習の様子、他教科との関連を含めた成果、今後の課題など） ①環境や教材を工夫することで、静かに座って課題に取り組める時間が延びてきた。 ②「背中をピッ」の合図で、3カウント腰を起こし、「だら一ん」の合図で力が抜けるようになった。片膝立ちは、始めはほとんどできなかったが、左右ともに5カウントはできるようになってきた。日常場面で正しい姿勢を維持することは、まだ難しいが、「よい姿勢」の言葉かけで、腰が起こせるようになった。

事例5

1 自立活動「指導内容作成シート」

生徒名 E：中学部3年 通常学級 障害の種類（ 自閉症 ）

個別の教育支援計画	友達と適切な関わり方ができる。
長期目標	少ない指示で活動することができる。
実態把握	障害の状態・発達（検査結果）・経験・興味関心・長所・課題などの情報収集 ①学習上・生活上の困難、学習状況（できていること・支援があればできること）など ・発語がほぼなく、ハンドサインや簡単な手話を使って相手に関わりを求めることができる。（人・コ） ・環境が変わると気持ちが落ち着かなくなり、離席することがある。新しい環境に早く慣れるようにコミュニケーションを大切にすると離席せず過ごせることがある。（心・人・環・コ） ・場面をわきまえず自分の思いのままに関わりを求めるが、言葉かけすると指示はおおよそ理解し、自分の気持ちをおさえることができる。（心・人） ②考えられる要因、特性など ・意思を伝える力が弱く、伝える手段が少ない。（環・コ） ・個別の指示は、理解して行動できる。（心・環） ①②から、約3年後に目指す姿 ・習得したハンドサインや手話を使い、コミュニケーションの幅を広げることができる。（心・人・環・コ） 中心的課題 ・正面を見て姿勢を整え、挨拶ができること。 ・今やるべきことに取り組むこと。



指導目標	・相手の顔を見て、授業の始まりと終わりの挨拶が落ち着いてできる。
------	----------------------------------



健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
	(2)	(1) (3)	(4)		(1) (5)

具体的な指導内容	授業の始まりと終わりの挨拶を手話で行う。挨拶する前に止まり、正面を見る時間を設け、その後にハンドサインや手話を使って挨拶をする。	課題中に内容と違う話題を手話を使って始めたら、今何をすべきか確認するように伝える。
指導場面	日生 国語 数学 作業 体育 生単 美術 給食	日生 自立 作業

事例5

2 自立活動の時間における指導「年間指導計画案」

中学部3年 通常学級 課題グループ：生徒数5名（生徒E その他4名）教員数2名

指導計画（週2時間）

	区分	題 材 名 及 び 指 導 内 容（使用教材）	時間	反省・記録
1 学 期	① 心 (2) 人 (1) (3) コ (1) (5)	①「相手の顔を見て挨拶しよう」（挨拶係） （授業の始めと終わり） ・前へ出る。 ・正面を見て真っ直ぐ立つ。 ・自分から手話で挨拶する。 ・正面を見て友達の挨拶を聞く。 ・席に戻る。	25	
	② 心 (2) 人 (1) (3) (4)	②「自分で課題を進めよう」（月曜日） ・自分の名前の出来高表を選んで着席する。 ・教師と一緒に数種類の課題を決め、出来高表に番号を書き、自分の棚に課題を入れる。 ・課題を進め、一つできたら教師に報告し、出来高表にシールを貼る。 ・課題を自分の棚に戻し、次の課題を出して進める。	28	
	身 (1) (2) (3) (4) (5)	教材 一対一対応課題、はし、ピンセット、ボタン など		
	2 (1) (2) (3) (4) (5)			
	3 (1) (2) (3) (4) (5)			
	身 (1) (2) (3) (4) (5)			
	③ 身 (1) (2) (3) (4) (5)	③「うんどうしよう」（木曜日） ・階段を上り下りする。 ・ミニハードルをまたいで歩く。 ・ストレッチをする。	18	
	環 (1) (4) (5)	教材 ミニハードル、座布団、バトミントンラケット、ボール など		
	学 (1) (4) (5)			
	期			
合計時間数			71	

事例 5

3 自立活動の時間における指導「具体的な指導内容」

生徒 E：中学部 3 年 通常学級 課題グループ 障害の種類（ 自閉症 ）

- 1 題材名 相手の顔を見て挨拶しよう
- 2 実態・ねがい

実 態	ねがい	関連する 区分・項目
①見通しがもてないと、注意が散漫になり、離席したり、よそ事をしたりする。 ②自分の伝えたいことをハンドサインや簡単な手話を使って伝えることができるが、人の話を聞くことは苦手である。	①活動に見通しをもち、落ち着いて学習に取り組んでほしい。 ②適切な距離で相手の顔を見てハンドサインや手話を使って挨拶や報告ができるようになってほしい。	①心（2） ②人（1） （3） コ（1） （5）

3 指導の実際

生徒の活動内容	指導の手だて（合理的配慮を含む）
① 「授業内容の確認」 ・活動内容を手話で表しながら、一つ一つの手話を確認しながら練習する。 ② 「相手の顔を見て挨拶しよう」 ・前に出る。 ・挨拶ができる姿勢で待つ。 ・正面を見る。 ・自分から手話で挨拶をする。（写真 1） ・正面を見て友達の挨拶を聞く。 ・席に戻る。	① ・活動内容を手話で表現できたら賞賛し、自信をもってできるようにする。 ② ・挨拶係としてみんなの前で挨拶することで意欲を高める。 ・ハンドサインや手話を交えて指示をする。 ・教師を見るように言葉かけをする。 ・ゆっくり丁寧に手話をするように言葉かけをする。（写真 2） ・教師を見るように言葉かけをする。 ・できたら賞賛し、意欲を高める。



（写真 1）



（写真 2）

4 指導の振り返り

（生徒の学習の様子、他教科との関連を含めた成果、今後の課題など）

- ①教師から腕をまっすぐ伸ばした程度の場所に足型を用いたことで、立つ位置を理解することができた。現在では足型がなくても教師の横に来て両足をそろえて静止することができるようになった。
- ②授業の始まりや終わりの挨拶では、始めは自分の好きな手話だけを落ち着きなく繰り返すことが多かったが、回数を重ねるごとに T2 を見て、手話をまねすることができるようになった。できたら教師や友達が賞賛することで本人の意欲につながり、友達の方を見て、挨拶の一連の流れを落ち着いて最後まで行えるようになった。
 落ち着いて行動するためには、見通しをもつための支援と合わせて、成功体験の積み重ねが大切である。今後もスモールステップで取り組めるように、短期間で達成可能な役割を積極的に与え、視覚支援や繰り返しの練習を行うことと周囲に賞賛される経験をすることで、E はさらに自信をもち、落ち着いて行動ができるようになると思う。

事例6

1 自立活動「指導内容作成シート」

生徒名 F：中学部2年 通常学級 障害の種類（ 自閉症 ）

個別の教育支援計画 長期目標	相手に伝わる声で話すことができる。 自分から助けを求めることができる。
実 態 把 握 ・ 課 題	障害の状態・発達（検査結果）・経験・興味関心・長所・課題などの情報収集
	①学習上・生活上の困難、学習状況（できていること・支援があればできること）など
	・ダンスや体操を小さい動きでおおよそ模倣ができる。ゆっくりと走ることができる。（健・人・環・身） ・教師から挨拶すると挨拶を返すことができる。言葉による自発的な表出が乏しく、声が小さい。イヤーマフを着用している。（心・人・環・コ） ・漢字で書かれた自分の名前が分かり、漢字で自分の名前が書ける。（環） ・集団を意識して行動することが難しい。（人・環・コ）
	②考えられる要因、特性など
	・大きな音や小さな子の声が苦手である。（心・人・環・コ） ・他者に対する興味関心が低い。（健・環・身） ①②から、約3年後に目指す姿 ・相手に伝わる声で挨拶ができる。（心・人・環・コ） 中心的課題 ・声の大きさを意識すること。 ・他者に注意を向けること。



指導 目標	・相手に伝わる声で話すことができる。
----------	--------------------



健康の保持	心理的な 安定	人間関係の 形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
		(1) (2) (3)	(2) (4)	(3)	(1) (2) (3)

具体的な 指導内容	相手の名前を言ってから ボールを投げる。受ける ときに名前を呼ばれたら、手を挙げて返事をする。	息を吹いて音が鳴る楽器 を使って、声を出すため の息の使い方を練習する。	登校時や授業開始時・終 了時の挨拶を教師に続い て言う。
指導 場面	日生 保体 自立	日生 保体 自立	国語 数学 自立 給食

事例6

2 自立活動の時間における指導「年間指導計画案」

中学部2年 通常学級 運動グループ：生徒数4名（生徒F その他3名）教員数2名

指導計画（週2時間）

	区分	題 材 名 及 び 指 導 内 容（使用教材）	時間	反省・記録
1 学 期	① 健 (1) 心 (1) 人 (1) (4) 環 (1) (4) 身 (1) (3) コ (1) (2)	①「体の使い方を確認しよう、覚えよう」 ・タオル体操（肘を伸ばして両手を上げる、体の横を伸ばす）、足の指を使う体操（タオルをたぐる、蓋をつまむ）、バランスボール、いろいろな大きさで声を出す、口から息をはく ・ポーズ&キープ、タッチング遊び、輪投げ（生徒F） ・体幹のひねり、あぐら座、片膝立ち（その他生徒）	25	
		教材 タオル、輪投げ、バランスボール など		
2 学 期	② ③ 心 (1) (2) 人 (1) (3) (4) 環 (1) (4) 身 (1) (3) コ (1) (2)	②「キャッチボールをしよう、声を出そう」 ③ ・タオル体操（肘を伸ばして両手を上げる、体の横を伸ばす） ・壁体操（壁を押す体操、壁にくっつく体操、股関節ストレッチ） ・ボール投げ ・口の体操（「あ」「え」「い」「お」「う」「べー」） ・楽器を鳴らそう（水笛、吹き戻し、ハーモニカ）	25	
		教材 タオル、ボール、光るTシャツ、笛 など		
3 学 期	③ 心 (1) (4) 身 (1) (3) (4) コ (1) (2) (3)	③「ひっぱりっこをしよう」 ・タオル体操（肘を伸ばして両手を上げる、体の横を伸ばす） ・足指伸ばし（足指の間を広げる） ・壁体操（壁を押す体操、壁にくっつく体操、股関節ストレッチ） ・引っ張りっこ ・口の体操	20	
		教材 タオル、キャスターカー など		
合計時間数			70	

事例 6

3 自立活動の時間における指導「具体的な指導内容」

生徒 F：中学部 2 年 通常学級 運動グループ 障害の種類（ 自閉症 ）

- 1 題材名 キャッチボールをしよう、声を出そう
- 2 実態・ねがい

実 態	ねがい	関連する 区分・項目
①相手の投げたボールを受け止めようとすることもある。相手を意識して投げる意識が弱い。	①名前を呼ばれたら返事をして受け止めたり、相手の名前を言う前から投げたりしてほしい。	①人（１） 環（１） （４） コ（１） （２）
②授業の始めと終わりの挨拶では、促されると非常に小さな声だが、言うことができる。	②授業の始めと終わりの挨拶では、相手に聞こえる大きさの声を出してほしい。	②人（１） コ（１） （２）

3 指導の実際

生徒の活動内容	指導の手だて（合理的配慮を含む）
① 「キャッチボール」 ・名前を呼んだ教師を見て、返事をする。 ・教師の投げるボールを受け止める。 ・教師の名前を言い、教師に向かって投げる。	① ・ボールが来ることを意識できるように、名前を呼び、返事をするように促す。 ・捕りやすいようにボールを投げる。 ・教師に向かって投げるように促す。
② 「音や声を出そう」 ・好きな楽器を選んで、音を出す。 ・カード（写真 1）の文字を見て一音ずつ声を出す。 	② ・息を吹いて鳴らす楽器を用意する。 ・大きい声や小さい声を出すように促す。 ・一人ずつ、声の大きさを確認できるように、音に反応して光る T シャツ（写真 2）に向かって声を出すように促す。 
③ 「授業の振り返りと終わりの挨拶」 ・今日の活動内容を言う。 ・「ありがとうございました」と声を出して言う。	③ ・今日の活動内容を声に出して言えないときは黒板の活動内容のカードを指さして、自信をもって言えるようにする。

4 指導の振り返り

（生徒の学習の様子、他教科との関連を含めた成果、今後の課題など）
①名前を呼ばれると、呼んだ教師を見て挙手をし、小さいながらも声を出して返事をし、ボールを受け止めることができるようになった。投げる前に教師の名前を呼ぶように促すと教師の名前を言い、教師を見てから投げるようになった。
②声を出すと T シャツが光ることが分かったと、意欲的に T シャツに向かって声を出すようになった。声量も大きくなってきた。まだ 1 m 以上離れてしまうと T シャツに声が届かず、意欲も減退してしまう。
③今日の活動の中で、がんばったことや楽しかったことを言うことを繰り返してきたところ、今日の活動内容を示すカードを選び、「〇〇をがんばりました」や「〇〇が楽しかったです」と定型文で言えるようになってきた。言葉の最初の音をはっきり強く言うようになり、他の場面でも全体的に言っている内容が聞き取りやすくなってきている。授業の挨拶などみんなと声を重ねる場面ではまだ難しいが、給食などの要求場面では聞き取れる大きさの声をだせることが増えている。自信をもって話せる場面を増やしていきたい。

事例7

1 自立活動「指導内容作成シート」

生徒名G：中学部1年 通常学級 障害の種類（ 自閉症 ）

個別の教育支援計画	決められた時間内で、丁寧に作業をすることができる。
長期目標	困ったときに援助要求をすることができる。
実態把握	障害の状態・発達（検査結果）・経験・興味関心・長所・課題などの情報収集 ①学習上・生活上の困難、学習状況（できていること・支援があればできること）など ・経験したことを思い出して話すことができる。（環） ・人と関わるのが好きで、初めて会う友達とゲームを楽しんだり、考えてきた質問をしたりすることができる。（人・コ） ・教師や友達に話したいことや要求があっても適切な話しかけ方が分からず、相手に伝わらなくて困ってしまう。（心・人・コ） ②考えられる要因、特性など ・覚えたことは正しく話したり、行動したりすることができる。（心・環・コ） ・場面に合った言葉を知らない。（コ・人） ①②から、約3年後に目指す姿 ・正しい援助要求の方法や話しかけ方を身に付け、援助要求が必要な場面で対応することができる。（人・コ） 中心的課題 ・人との話し方を身に付けること。 ・いろいろな場面に合わせた言葉を覚えること。



指導目標	・困る場面では、自分から教師に話しかけ場面に応じた対応ができる。
------	----------------------------------



健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
	(2)	(1)	(5)		(5)
具体的指導内容	話しかける前に相手の名前を呼ぶ習慣を身に付ける。相手の名前を呼んでからボールを投げるゲームを行う。		困る場面を想定し、ふさわしい言葉を自分で考える。場面ごとにフレーズを覚える。		実践として意図的に困る場面を設定し、覚えたフレーズを場面に合わせて表出することを繰り返す。
指導場面	自立 日生 生単 給食		自立 日生		自立 作業 給食

事例 7
2 自立活動の時間における指導「年間指導計画案」

中学部 1 年 通常学級関わりグループ：生徒数 4 名（生徒 G その他 3 名）教員数 2 名

指導計画（週 2 時間）

	区分	題 材 名 及 び 指 導 内 容（使用教材）	時間	反省・記録
1 学 期	① 心 (1) (2) 人 (1) (2) (3) (4) コ (5)	①「相手の気持ちを考えよう」 ・場面や相手に合わせた行動や言葉遣いについて考える。 ・感情について考える。 ・ルール（決まり）について考える。 ・友達の意見を聞く。自分の意見を発表する。 ・相手の気持ちを考え、気持ちの伝え方を知る。 教材 SST カード	25	
	② 人 (1) (3) (4) コ (1) (2) (4)	②「友達と協力しよう」 ・ルールを守る。 ・友達との関わりを楽しみ、円滑な関わり方を知る。 ・ペアを組んで友達と協力してゲームや遊びに取り組み、達成感を味わう。 ・勝敗等で思い通りにならなかったときの気持ちのコントロールの仕方を身に付ける。	28	
	③ 人 (1) (2) (3) コ (1) (2)	③「手伝いをしよう」 ・教師に頼まれた仕事をする。分からないときや困ったときの正しい援助要求の方法を知る。 ・離れた場所にいる教師のところまで頼まれたものを運ぶ。	18	
	3 (3) (4) (5)			
	学 期			
合計時間数			71	

事例 7

3 自立活動の時間における指導「具体的な指導内容」

生徒G：中学部1年 通常学級 関わりグループ 障害の種類（ 自閉症 ）

- 1 題材名 こんなときどうする
- 2 実態・ねがい

実 態	ねがい	関連する 区分・項目
①経験のある場面については、正しい援助要求の方法や言葉が使える。	①設定された場面にふさわしい行動や言葉を選択肢から選んだり、自分で考えたりすることができる。	①環(5) コ(5)
②困る場面では、自分から教師に話しかけることが難しい。	②困ったときは、自分から教師を呼んで解決することができる。	②人(1) (3)

3 指導の実際

生徒の活動内容	指導の手だて（合理的配慮を含む）
① 「こんなときどうする」 ・困る場面を想定して、自分だったらどうするかを考える。（写真1）  （写真1）	① ・場面を想定しやすいように、場面に合ったイラストを用意する。 ・自分で援助要求の言葉や行動を考えることが難しい場合のヒントを用意する。 ・友達の意見を聞くように促し、いろいろな方法があることを伝える。
② 「実践練習」 ・意図的に困る場面を設定し、自分から教師に話しかける。（プリントをやろうとしたら筆箱がない、塗り絵をするときにいつもの場所に色鉛筆がないなどの状況を想定）	② ・言葉に詰まった場合は、正しい言葉を書いた紙を見せ、読みながら言えるようにする。 ・他の生徒にも同じ質問をして、友達の意見を聞くようにする。

4 指導の振り返り

（生徒の学習の様子、他教科との関連を含めた成果、今後の課題など） ①実践では、最初は「筆箱を忘れました」「貸してください」という言葉を言うことができなかった。回数を重ねるうちに言葉を覚え、言えるようになってきた。 ②同じグループにモデルとなる生徒がおり、その生徒が教師に援助要求をする姿を見るとすぐに教師に援助要求をすることができた。 ③日常生活の場面で、水筒を忘れたことがあったときは、自分から教師に言うことができずに困っていた。場面が変わると伝えることができないので、今後の課題としては般化できるように、いろいろな場面で行っていきたい。

事例 8

1 自立活動「指導内容作成シート」

生徒名 H： 中学部 2 年 重複障害学級 障害の種類（ 自閉症 ）

個別の教育支援計画	具体物などで自分の気持ちを伝えることができる。
	長期目標 指先の巧緻性、筋力を高め、できる活動を増やす
実 態 把 握 ・ 課 題	障害の状態・発達（検査結果）・経験・興味関心・長所・課題などの情報収集
	①学習上・生活上の困難、学習状況（できていること・支援があればできること）など
	・具体物の提示やクレーン現象で簡単な意思表示ができる。（人・コ）
	・課題ができたなら散歩に行けるなど、簡単なスケジュールが理解できる。（環）
	・不安から泣けてしまったり、興奮状態になってしまったりする。（心）
実 態 把 握 ・ 課 題	・長時間着席して学習することは難しいが、合間に好きな活動を入れると続けて学習できる時間が増える。（環）
	・気持ちが不安定なときは、自分から落ち着くスペースを探して過ごすことができる。（心）
	②考えられる要因、特性など
	・活動に見通しをもつことができず、不安な気持ちが大きくなってしまふ。（心）
	① ②から、約 3 年後に目指す姿
実 態 把 握 ・ 課 題	・施設の人と関わりながら安定した気持ちで生活をする。（心・人・コ）
	中心的課題
	・活動内容やスケジュールを理解して、安定した気持ちで生活すること。
	・自分の気持ちを相手に伝える手段を増やすこと。



指導目標	・好きな運動を増やす。 ・具体物やクレーン現象、ジェスチャーで意思表示ができる。
------	---



健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
	(1) (2)	(1)	(1) (2)		(4)

具体的な指導内容	課題や課題後の好子を具体的に提示して、本人がスケジュールを理解できるようにする。	模倣運動などの身体活動を通して、他者を意識できるようにする。	具体物で活動内容が理解できるようにする。
指導場面	自立 日生 生単 給食	自立 日生	自立 日生 生単 給食

事例 8

2 自立活動の時間における指導「年間指導計画案」

中学部 2 年 重複障害学級：生徒数 3 名（生徒 H その他 2 名）教員数 2、3 名

指導計画（週 5 時間）

	区分	題 材 名 及 び 指 導 内 容（使用教材）	時間	反省・記録
1 学 期	① 人 (1) (2) (3) 環 (1) (1) コ (1)	①「個別の課題に取り組もう」（生徒 H） ○模倣動作 ・足型マットの上に立つ ・教師と手のひらを合わせ、教師の動きに合わせて前後左右に腕を動かす。 ・腕を伸ばした状態で一定時間静止する。 ・教師と人さし指を合わせて、教師の動きに合わせて前後左右に腕を動かす。 ・教師の動きを見て模倣する。	52	
	② 環 (1) (4) (5)	②iPad 探し（その他生徒） ・動画が流れている iPad に箱をかぶせて目の前で隠す。自分で箱を動かして iPad を見つける。 ・箱を 2 つ、3 つと増やしていき見つけられるまで探す。 ・音を消して、同じ取り組みをする。 ・本人から離れた場所で iPad に箱をかぶせ、それを探す。	52	
	③ コ (1) (2)	③指示の受け入れと要求の伝え方（その他生徒） ・手先の課題が終わったら好きな音楽が聴けることを伝え、課題に取り組む。 ・課題が終わったら、サインで「音楽が聴きたい」を伝える。 ・繰り返して取り組む。		
	④ 身 (3) (4)	④「体をうごかそう」（全員） ○歩行運動（1 学期から） ・一定の時間、休まずに歩く練習をする。 ・坂道や階段を足全体で踏みしめる練習をする。		
	⑤ 心 (1) 身 (1) (2) 環 (1)	⑤遊具運動（全員） ・はしごを登り、滑り台を滑る、斜面を下る。 ・70 cm 程度の高さの橋を渡る。 ・70 cm 程度の高さのはしごを渡る。 ・踏み台からマットに飛び降りる。	42	
合計時間数			146	

事例 8**3 自立活動の時間における指導「具体的な指導内容」**

生徒H：中学部2年 重複障害学級 障害の種類（ 自閉症 ）

- 1 題材名 体をうごかそう
- 2 実態・ねがい

実 態	ねがい	関連する 区分・項目
① 教師と手のひらを合わせて、上下左右に腕を動かすことができる。	① 教師を意識して模倣運動ができるようになってほしい。	①心（1） 人（1） 環（1） （2）
② 低い台の昇降や、はしご階段の昇降ができる。	② 遊具運動を通してバランス感覚など体の調整力を高めてほしい。	②身（1）

3 指導の実際

生徒の活動内容	指導の手だて（合理的配慮を含む）
① 「模倣運動」 ・教師の前に立つ。 ・教師と手のひらを合わせ、上下左右に一緒に動かす。 ・教師と人さし指を合わせ上下左右に一緒に動かす。 ・教師と手を離し、教師の動きを模倣して腕を動かす。 ・座る、跳ぶなど大きな動きの模倣をする。	① ・足型マットを置き、立つ位置を明確にする。 ・教師と手や指先を合わせ、触れられることに慣れる。 ・静止する動きを取り入れる。 ・指先に注目できるように言葉かけをしたり、マークを付けたりする。 ・模倣では、大きな動きや、跳ぶ、座るなど簡単な動きを取り入れて分かりやすくする。
② 「遊具運動」 ・はしごを登って斜面を下りる。 ・1 mの高さの平板を渡る。 ・50 cmの高さのはしごを渡る。（写真1） ・50 cmの高さの踏み台から飛び降りる。 （写真1）	② ・慣れるまでは教師が手足の運びをガイドする。 ・平板やはしご渡りは低い高さから始め、徐々に高くしていく。 ・遊具に滑り台を組み合わせたたり、トランポリンを設置したりすることで楽しみながら活動できるようにする。

4 指導の振り返り

（生徒の学習の様子、他教科との関連を含めた成果、今後の課題など）

- ① 手のひらを合わせるとき、始めはタッチするだけだったが繰り返すことで一定時間両手を合わせられるようになった。模倣運動は座るなどの大きな動きを模倣しようとする姿が見られた。指を合わせたり、腕を上げたまま静止したりすることはまだ難しい。
- ② 慣れるまでは恐怖心からか消極的であったが、教師と手をつないで取り組むことで徐々に慣れていき、自分から遊具に登って活動する場面が増えた。

事例 9

1 自立活動「指導内容作成シート」様式

生徒名 I：高等部 2 年 通常学級 I 類型 障害の種類（広汎性発達障害）

個別の教育支援計画	身だしなみなど、身の回りのことを自ら丁寧にできる。
長期目標	体力をつける。
実態把握	障害の状態・発達（検査結果）・経験・興味関心・長所・課題などの情報収集 ①学習上・生活上の困難、学習状況（できていること・支援があればできること）など ・眠気が強く、授業中に寝てしまうことがある。また、覚醒しないまま体を動かしている（書く、話すなど）ことがある。（健・環・身） ・指摘やアドバイスを受けたと言いつけや人のせいにする傾向がある。自分に非があると思えたときには、直そうとして行動に移すことができる。（心・人・コ） ②考えられる要因、特性など ・聞いた話を一時的に覚えておくこと、それをもとに行動することが難しい。（心・人・環・コ） ・自信がなく、できないことを気にする特性がある。（心・人・環・身） ・十分な睡眠が取れていない様子。（健・心・環・身） ・①②から、約 3 年後に目指す姿 ・高等部卒業後は、就労移行支援施設に通い、健康管理やコミュニケーション面の向上を図ってほしい。（健・心・人・コ） 中心的課題 ・生活習慣を整え、気持ちを調整し、前向きに落ち着いた学校生活を送る。 ・よいとき、褒められたときの状態や感覚が分かり、よい行動を増やしていく。



指導目標	・授業時間と休み時間のけじめをつけ、授業に集中する時間を増やす。 ・アドバイスを聞き入れ、自分の行動が、よい、よくないときの状態を理解する。
------	---



健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
(1) (5)	(1) (3)	(3) (4)	(2)	(5)	(2) (5)

具体的指導内容	健康観察や身だしなみチェックを丁寧にやる。見通しをもって生活できるように、予定や活動内容をそのつど確認する。	タイムカードや生活時間表を使用して、自分の生活や行動を知り、必要に応じて改善するよう促す。	アドバイスを受け入れ、何事も取り組む。時間を区切って活動、作業する。
指導場面	自立 生単 学活 保体 特活 給食	国語 音楽 作業 数学 美術 保体	生単 作業 数学 音楽 美術 保体 自立

事例9

2 自立活動の時間における指導「年間指導計画案」

高等部2年 通常学級Ⅰ類型：生徒数8名（生徒Ⅰ その他7名）教員数1名

指導計画（週1時間）

	区分	題 材 名 及 び 指 導 内 容（使用教材）	時間	反省・記録
1 学 期	① 人 (3) 環 (4) コ (4) 人 (1) 人 (2)	①「高等部2年生になって」 ・今の気持ちを確認する。 「こんなときどうする～身を守ろう～」 ・災害時の行動や避難経路を確認する。 「となりの〇〇さん」、「連想ゲーム」 ・友達の自己紹介を聞き、ワークシートに記入する。よいところを中心に他己紹介する。 「自分で体を管理しよう」 ・生活チェックし、自分の体調を知る。 ・調子不良時の対処法について考え発表する。 「こんなことで、悩んでないかな？」 ・ワークシートの項目別に、今の悩みを書く。 ・個別、男女別、小グループごとなどで、話をする。	11	
	② ③ コ (1) コ (5) コ (4) 人 (2) コ (4) 人 (2) 心 (2)	②「いろいろな気持ち」 ・気持ちや感情を表す言葉について考える。 ・場面によってどんな気持ちになるか考える。 ・イラストの吹き出しに入るせりふを考える。 「こんなときどうする～困ったときは～」 ・登下校中のトラブルを想像して、対応の仕方お願いの仕方を考え、ロールプレイを行う。 「無人島SOS」 ・グループを作り、無人島へ流れ着いた場面を想像して話し合いをする。 ・意見を言うときのルール表を見ながら、話し合いを円滑に進めて、発表する。 「パーソナルスペース」 ・適切な対人距離や、相手が不快にならない目線を知り、意識しながら会話をする。	13	
	③ 3 学 期	③「相手や場に合った言葉えらび」 ・場面ごとに、どんな言葉で話しかければよいか考え、ワークシートに記入する。 ・登場人物になりきり演じる。正しい言葉遣い、言葉かけを体験する。 「相手を尊重すること」 ・友達に対する、自分の普段の態度をふり返る。 ・場面設定をし、場面ごとにどのような言葉で話しかければよいか考える。 ・自分の好みと友達の好みが違うときにどういう反応をすればよいか考える。 「自分の気持ちを見つめよう」 ・今の気持ちを確認する。	11	
合計時間数			35	

事例 9

3 自立活動の時間における指導「具体的な指導内容」

生徒名 I：高等部 2 年 通常学級 I 類型 障害の種類（ 広汎性発達障害 ）

- 1 題材名 自分の生活を見直そう
- 2 実態・ねがい

実 態	ねがい	関連する 区分・項目
①眠気の強い日が多く、授業に身が入らない時間帯がある。 ②自信がなく、できないことを気にするところや、不得意な活動を避けることがある。 ③言い訳をして、現実から逃れようとするところがある。	①生活を振り返り、いつ・何を・何時間かけてしているか知ってほしい。 ②自分の弱さや不得意なところも見つめてほしい。 友達と意見を交わし、考えを深めてほしい。 ③気持ちを落ち着けて、改善策を考え自分の言葉で発表してほしい。	①健(1) (5) ②心(3) 人(3) ③心(1) 人(3)

3 指導の実際

生徒の活動内容	指導の手だて（合理的配慮を含む）
①「日頃の生活を振り返ろう」 ・一週間分の生活時間表を見て、寝た時間、起きた時間、合計睡眠時間を書き出す。 (写真 1)  (写真 1) ・各自の合計睡眠時間を発表し、睡眠時間が多い、少ない日について、それぞれ日中の活動を確認する。	① ・事前指導として、生活時間表を二週間記入しておくように課題を出す。 (写真 2)  (写真 2) ・日中の活動は、食事、学校、余暇で分類するよう指示する。
②「生活習慣を整えるには」 ・友達同士で表を見比べ、意見交換をする。 (写真 3)  (写真 3) ・意見を挙手して発表し、学級全体で共有する。	② ・座席を輪にして着席し直すよう指示する。 ・睡眠時間が少ない日の日中、何をしていたか、また、7 時間以上眠ることができた日の学校生活はどうだったか友達と話し合うことで確認するよう促す。 ・余暇の中でゲームや動画を見る時間に注目し、多い日、少ない日ごとに、睡眠や学校生活へどのように影響しているか考えるよう促す。
③まとめ ・次週からの生活で、変えてみようと思うことを一つ記入する。 ・発表し、自分と友達の決意を確かめる。	③ ・改善することを決められたら褒める。 ・発表後に、入眠時間を早めることや余暇の過ごし方について具体例を示す。

4 指導の振り返り

(生徒の学習の様子、他教科との関連を含めた成果、今後の課題など)
①時間を書き出す活動を通して、「学校のある日はだいたい同じ時間に寝たな」「この日は遊びすぎたな」などと発言し、自己の普段の生活を振り返っていた。
②友達の生活が気になり、自主的に見せ合って質問していた。長時間動画を見ていたり、ゲームをしていたりする友達には、「やりすぎじゃないの、自分もだけど」と意見を伝え、自分の生活にも改善すべき点があることを認めることができていた。
③次週の生活時間表に、「ゲームをする間に、休憩時間をつくる」と記入し発表した。友達が、「1 時間に 1 度は、運動や筋トレをする」「ゲームの時間を 5 時間から 2 時間にすると発表したのを聞いて、「それもいいな」と発言し、生活を変えていく気持ちを表していた。

事例 10

1 自立活動「指導内容作成シート」様式

生徒名 J：高等部 3 年 通常学級 I 類型 障害の種類（プラダーウィリー症候群）

個別の教育支援計画	基礎的な学力を身に付ける。
長期目標	感情のコントロールができるようになる。
実態把握	障害の状態・発達（検査結果）・経験・興味関心・長所・課題などの情報収集 ①学習上・生活上の困難、学習状況（できていること・支援があればできること）など ・自分と関係ないことにも興味をもち、内容が分かるまで執拗に相手に聞く場面が多く見られる。（心・コ） ・自分の意に反することなど、納得のいかないことがあるとかんしゃくを起こすことがある。（心・人） ・興味のあることには、熱心に取り組むことができる。（人） ・食事制限があり、給食などは適量に減らす、食べることが大好きである。（健・心） ②考えられる要因、特性など ・状況把握の力や暗黙の了解を察する力が弱い。（心・人・コ） ①②から、約 3 年後に目指す姿 ・自身の関係する内容とそれ以外を分けて考えることができる。（心・人・コ） 中心的課題 ・状況把握の力をつける。



指導目標	・周囲の状況を把握して、そのときどきで正しい行動や態度が取れるようにする。
------	---------------------------------------



健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
(4)	(1) (2)	(3) (4)			(5)

具体的な指導内容	関心事について自分で解決できるように質問や調べ学習を積み、質問内容の精選ができるようになる。	授業中に気になることが出てきても話してよい場面について約束を作り、話してよい場面と我慢する場面に気付ける。	教師が活動について説明している際、まずは話を最後まで聞くことを伝え、自分の興味関心で話を止めないようにする。
指導場面	自立	国語	生単

事例10

2 自立活動の時間における指導「年間指導計画案」

高等部3年 通常学級Ⅰ類型：生徒数7名（生徒J その他6名）教員数1名

指導計画（週1時間）

	区分	題 材 名 及 び 指 導 内 容（使用教材）	時間	反省・記録
1 学 期	① 人 (1) (3)	①「自分と友達について」 ・自分のよいところを知る。 ・友達のよいところを知る。 教材 プリント	11	
	② 心 (2) コ (4) (5)	②「こんなときどうする」 ・場面による対応の仕方を考える。 ・友達の対応の仕方を確認し合いよりよい対応を考える 教材 S S Tワークシート		
	③ 人 (2) (3) コ (4) (5)	③「自分の気持ち・他の人の気持ち」 ・気持ちを表す言葉について考える。 ・場面によってどんな気持ちになるか考える。 教材 プリント		
2 学 期 ・ 3 学 期	④ 人 (2) (3) コ (4) (5)	④「表情読み取りクイズ」 ・いろいろな場面の人の表情を見て、その人の気持ちを考える。 教材 プリント、表情カード	13	
	⑤ 心 (2) 人 (2) (3) コ (1)	⑤「聞き取りクイズ・読み替えクイズ」 ・ある場面の会話を聞いて、質問やクイズに答える。 ・難しい単語を簡単な言葉に読み替えて答える。 教材 プリント、タブレット端末		
	⑥ 人 (2) (3) コ (1)	⑥「友達と好みが変わったら」 ・自分の好みと友達の好みが変わるときにどういう反応をすればよいか考える。 教材 プリント		
3 学 期	⑦ 人 (4)	⑦「パーソナルスペース」 ・適切な対人距離を知る。 教材 プリント	11	
合計時間数			35	

事例 10

3 自立活動の時間における指導「具体的な指導内容」

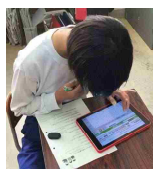
生徒名 J：高等部 3 年 通常学級 I 類型 障害の種類（ プラダーウィリー症候群 ）

- 1 題材名 聞き取りクイズ・読み替えクイズ
- 2 実態・ねがい

実 態	ねがい	関連する 区分・項目
①話の内容を必要以上に捉えようとして、自分が必要としない内容も細かく知ろうとする。 ②自分に納得のいく答えが見つからないとかんしゃくを起こすことがある。	①話の中から自分に必要な話のみ選んで、詳細に聞き取ることができる。 ②かんしゃくを起こす前に教師に質問して答えに導いてもらったり、自分で調べて答えにたどり着いたりできる。	①心（2） 人（2） （3） ②心（2） 人（3） コ（1）

3 指導の実際

生徒の活動内容	指導の手だて（合理的配慮を含む）
①「話の内容で必要な部分を選び出す」 ・教師の話す内容を聞いて、自分に必要な内容と不必要な内容に分ける。 ・話した内容が必要か否かを判断して、プリントに必要な内容をチェックする。 ・教師の解説を聞いて、自分がチェックした内容を確認して必要な内容を判断できているのかを確認する。	① ・教材の例として現在準備をしている行事や生活に必要なことを例に取り入れることで生徒の興味を引く。 ・始めは教師が内容を読んで、それが生徒にとって必要な情報か問いかけてスムーズに答えられるようにする。 ・男女によって違う必要な情報などを伝えることで生徒が判断できるようにする。
②「話の中の知らない単語を調べて簡単な言葉に言い直す」 ・聞き取り問題を行った後、インターネットの類義語辞典を使って言葉の言い換えを調べる。（写真 1） ・難しい単語から調べた単語に変換した文章を読む。	② ・簡単な例題や現代語に言い換えて理解を促す。 ・タブレット端末を使って類義語を調べることで、辞典の引き方を気にしないで調べられるようにする。 ・分からない単語の読み方のヒントを出したり、タブレット端末の入力の仕方を補助したりする。



（写真 1）

4 指導の振り返り

（生徒の学習の様子、他教科との関連を含めた成果、今後の課題など）

- ①修学旅行の風呂を題材にした。男女の入浴時間について文章を入れて自分が聞くべき内容を選択し、男女の違いなど分かりやすい内容については自分に必要な内容として理解できた。すでに知識として知っている内容については、「知っている」と言っていたが細かい内容については不確かなこともあった。「知っている」と思い込んでいるとき、自分が知っている内容と話が違って内容を聞き漏らしていることがある。今後は自分に必要な内容を聞き取る力を高めることと、「知っている」内容についても詳細を聞いて、自分の内容と照らし合わせて間違いのチェックができるようになるとうい。
- ②始めに教師の話す内容を生徒が聞き取り、話の中から自分に必要な内容として理解して聞き取ることができるか設問形式で確認した。次に話した内容が書いてあるプリントを見て、生徒間の会話では出てこない難しい単語を類義語辞典で調べた。調べた言葉について教師への確認の質問が減ったので、分かる言葉で言い換えると理解が促されたことを本人と確認した。授業で調べる場を用意すれば調べて確認できるが今後は日常で調べることを定着していく必要がある。

事例 11

1 自立活動「指導内容作成シート」様式

生徒名 K：高等部 1 年 通常学級 II 類型 障害の種類（知的障害）

個別の教育支援計画	自信をもって取り組めることを増やす。
長期目標	自分の気持ちを適切に伝えられるようにする。
実態把握・課題	障害の状態・発達（検査結果）・経験・興味関心・長所・課題などの情報収集 ①学習上・生活上の困難、学習状況（できていること・支援があればできること）など ・やるべきことが終わっていないでも「できました」と言う。（心・人・コ） ・発音が不明瞭。聞き取れないことが多い。（身・人・コ） ・制服のシャツ（背中部分）がズボンに入れることが難しい。（身） ・手伝ってくださいと依頼をすることができる。（コ） ・皿に口を付けて、かき込んで食事をする人が多い。（健・身） ②考えられる要因、特性など ・教師と関わりをもちたい。（心・人・コ） ・舌や口の動かし方が未発達。（健・身） ・体が硬い。肩甲骨辺りの可動域が狭い。ボディイメージが低い。（健・身） ①②から、約 3 年後に目指す姿 ・卒業後は、いろいろな人とのコミュニケーションを楽しみながら、身の回りのできることは自分で行うことができる。（身・コ） 中心的課題 ・身振りや筆談を活用しながら、丁寧に発声し自分の気持ちを伝えること。 ・体の各部位を意識して体を動かすこと。



指導目標	・自分の気持ちを適切に伝えられるようにする。 ・体の側面から背面を意識して、上衣の裾を自分で入れられるようにする。
------	--



健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
(1)	(3)	(2) (3)		(3)	(2) (4) (5)

具体的な指導内容	身振りや筆談を活用して自分の意思を伝える。口をしっかりと動かし、挨拶や発言を促す。	音楽に合わせて、特徴的な動物の動きを模して体を動かす。	単音を発声する。立位で身体をひねる。好きな活動や得意な活動をとおり、できることを実感できるようにする。
指導場面	生単 作業 国語 特活 自立 給食	音楽	自立

事例11

2 自立活動の時間における指導「年間指導計画案」

高等部1年 通常学級Ⅱ類型：生徒数4名（生徒K その他3名）教員数2名

指導計画（週4時間）

	区分	題 材 名 及 び 指 導 内 容（使用教材）	時間	反省・記録
1 学 期	① 健 身 (1) (3) 心 (3)	①「課題に取り組もう」（全員）…火、水、木、金 ・それぞれの目標に合わせた課題に取り組む。 「運動をする習慣を身につけよう」 ・散歩、ランニング、筋力トレーニングを行い、体力の向上を図る。 教材 パズル、ビーズ、箸、豆 など	56	
	② 身 (1) 心 (3) 人 (2) (3) コ (1) (2) (4) (5) 環 (1)	②「あぐら座位で座ろう」（全員）…月、木 ・足の裏を合わせて座る。 ・左右に身体を揺らしながら、両脚を自分で押して、股周りを緩める。 ・前後に身体を揺らしながら、腰周りを動かす。 ・上体を起こして、腰や背中、肩周りがリラックスする。 ・きれいな姿勢で座る。 「ぎったんばったんをしよう」 ・自分が引っ張って、後ろへゆっくり倒れる。 ・自分が引っ張られて、上体を起こす。 「バルーンに座ってジャンプしよう」 ・一人ずつ交替で行う。 ・始めと終わりを意識する。 ・バランスにとってジャンプする。 教材 セラピーマット、バランスボール	60	
2 学 期 ・ 3 学 期	③ 心 (3) 人 (2) (3) 身 (3) コ (2) (4) (5)	③「意識して体を動かそう」（その他生徒2名）…月、木 ・ゴム潜りをする。 ・タオル体操をする。 ・階段昇降を四つんばいで行う。 ・口の体操をする。 ・発声をする。 「個別課題をしよう」 ・ピンセットでのアイロンビーズをつまむ。 ・アイロンビーズ色分けをする。 ・文字カード並べをする。 「選んで楽しもう」 ・好きな活動を選んで活動する。 教材 ピンセット、アイロンビーズ、 文字カード、活動内容カード	24	
合計時間数			140	

事例 11

3 自立活動の時間における指導「具体的な指導内容」

生徒名 K：高等部 1 年 通常学級 II 類型 障害の種類（知的障害）

- 1 題材名 意識して体を動かそう
- 2 実態・ねがい

実 態	ねがい	関連する 区分・項目
①舌や口の動かし方が未発達。	①自分の気持ちを聞き取りやすい 発音で伝えられるようにする。	①人（2） 身（3） コ（2） コ（4）
②体が硬い。肩甲骨辺りの可動域が狭い。 ボディイメージが低い。	②自分の身だしなみを自信をもっ て整えられるようにする。	②心（3） 身（3）

3 指導の実際

生徒の活動内容	指導の手だて（合理的配慮を含む）
① 「舌の体操」 カード（写真 1）を見ながら、教師の合図に合わせて口や舌を動かす。  （写真 1）	① - カードを手元に置き、自分で確認しながらできるようにする。 - 鏡を置き、口や舌の動きを確認できるようにする。 - 口や舌がしっかり動かせたときは、動きがよいことを褒め、動きを意識できるようにするとともに、自信をもてるようにする。
② 「タオル体操」 - タブレット端末で「タオルルンルンたいそう」（写真 2）の映像を見ながら、タオル体操をする。  （写真 2） - 動きを確認しながら、部分的に体操をする。	② 「タオルルンルンたいそう」の動きが理解できるよう、2～3回繰り返して行う。 - 分かりにくい動きは、教師と一緒にいき、動きを確認する。 - 部分的な体操では、苦手な動きより、得意な動きを多く取り入れる。 - 繰り返して行うことで、動きがよくなってきていることを褒める。

4 指導の振り返り

（生徒の学習の様子、他教科との関連を含めた成果、今後の課題など）

- ①カードを見て、教師の合図を聞きながら、口や舌を意識して動かすことができている。給食準備時に自分で頬や口周りに触れることがあり、口の動きを意識することが増えている。誰かと話をしたいという意欲が高く、ゆっくりはっきり話すと伝わりやすいと理解できつつある。しかし、話が一方的になったり、自分の気持ちを的確に表現できなかったりするため、伝わる自信を高めるとともに、適切なコミュニケーション方法を学んでいく必要がある。
- ②体操での動きは、回を重ねることで少しずつではあるが、動きはよくなってきている。生徒本人の自覚はないので、体の動きの違いが分かるような支援をしなければならぬと感じた。自分でできることも確認をしたり、依頼したりすることがあるため、身だしなみについては、今後、体の動きだけでなく、気持ちの部分を高めていく必要がある。

<引用・参考文献>・写真 1 （社）福岡県歯科衛生士会 web 2018. 12. 11

・写真 2 ask@music OFFICIAL WEB 新沢としひこのみんなのたいそう web 2018. 12. 11

事例12

1 自立活動「指導内容作成シート」様式

生徒名 F：高等部1年 III類型（重複障害学級） 障害の種類（ 自閉症 ）

個別の教育支援計画 長期目標	シャツやズボンを裏返しにすることなく、着替えることができるようになる。
実態把握	障害の状態・発達（検査結果）・経験・興味関心・長所・課題などの情報収集 ①学習上・生活上の困難、学習状況（できていること・支援があればできること）など ・大人と関わることが好き。（人・コ） ・欲しいものを相手の手を取り要求する。（心・人・環・コ） ・簡単な指示は理解できる。（環） ・ズボンを脱ぐ際、裾を持たずに脱いでしまう。（身） ・繰り返し行うことで見通しをもち、一人で活動できるようになる。（心・人・環・コ） ②考えられる要因、特性など ・初めての活動には見通しがもてないため、不安である。（心・人・環） ・股関節が硬い。（身） ①②から、約3年後に目指す姿 ・卒業後は着替えなど自分でできることを増やしたい。（心・人・環・身） 中心的課題 ・膝を上げてハードルに触らないようまたぐこと。 ・かがむ、しゃがむなどのいろいろな姿勢を取ることに慣れること。



指導目標	・膝を高く上げることができる。 ・いろいろな姿勢を取ることで体のバランス感覚を高める。
------	--



健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
(3)	(2)	(1) (3)	(4) (5)	(1) (4)	
具体的指導内容	ミニハードルを複数設置し、足に当たらないようにまたぎながら前進する。	廊下で膝を上げ、雑巾がけを行う。 ほうきとちりとりを使い、ごみを集める。	友達に乗ったキャスターを引っ張る。 階段昇降、校舎回りの歩行を行う。		
指導場面	自立	日生 自立 生単	自立		

事例12

2 自立活動の時間における指導「年間指導計画案」

高等部1年 III類型（重複障害学級）：生徒数4名（生徒F その他3名）教員数2名

指導計画（週5時間）

	区分	題 材 名 及 び 指 導 内 容（使用教材）	時間	反省・記録
1 学 期	①	①サーキットトレーニング…月、火、水	65	
	②	・ミニハードル歩行（前向き歩行、横向き歩行）		
	③	・バランスボード、バランスボール、階段、坂道などを利用した移動。		
	健	教材 ミニハードル、キャスターカー		
	(1)			
	(3)			
	(4)	②からだのリラックス…金3限		
	(1)	・「ふれあい体操」を利用して体に触れられることに慣れ、ボディイメージを高める。		
	(2)	・手のひら、足裏のタッピングで血行の循環をよくする。		
	(3)	・身体力を抜いてリラックスする。		
2 学 期	(4)	・あぐら座、膝、片膝立ちなどいろいろな姿勢を取る。	70	
	環	教材 マット		
	(4)	③校舎周りの歩行（雨天時、校舎内の歩行）…金5限		
	(5)	・1列に並んで移動する。		
	身	・同じペースを維持して歩く。		
	(1)			
	(4)			
	(3)			
	コ			
	(5)			
3 学 期	④	④プールで体のリラックスや体力の向上。	40	
	(4)	・水中歩行を行う。		
	(2)	・体の力を抜く。		
	人			
	(1)			
	環			
学 期	(4)			
	身			
	(4)			
	コ			
期	(2)			
合計時間数			175	

事例 12

3 自立活動の時間における指導「具体的な指導内容」

生徒名 F：高等部 1 年 III 類型（重複障害学級）障害の種類（ 自閉症 ）

1 題材名 しっかり歩こう

2 実態・ねがい

実 態	ねがい	関連する区分・項目
①股関節が硬い。 ②家庭生活では、運動する機会が少ない。 ③周囲の状況を見ずに飛び出すことがある。	①股関節の可動域を広げる。 ②体を動かす機会を多く設け、体力強化を図る。 ③周囲の状況を少しずつ見るようになってほしい。	①健（3） ②身（1） ③環（4）

3 指導の実際

生徒の活動内容	指導の手だて（合理的配慮を含む）
① 「足を上げて歩こう」 ② ・ミニハードル（写真 1）を 数個並べ、順番にまたぎ越す。  （写真 1）	①  ・足を左右交互前に出す、ミニハードル（写真 2）に足が当たらないように言葉かけをする。 ・明るく緑色にして見やすく、つまづいても転ばないよう軽いものを使用する。 （写真 2）
②「キャスターを引っ張っばろう」 ・友達の乗ったキャスターカー（写真 3）のひもを持ち、前に引っ張る。（写真 4）   （写真 3） （写真 4）	② ・途中で止まらないように言葉かけする。 ・手拍子でリズムを取り、楽しい雰囲気の中で活動できるようにする。 ・所定の位置まで引っ張ったら交代する。
③「階段を昇り降りしよう」 ・手すりを使わず階段を昇降する。	③ ・足を交互に出すなどの言葉かけを聞きながら（写真 5）のように歩く。 ・転倒には十分留意する。  （写真 5）

4 指導の振り返り

（生徒の学習の様子、他教科との関連を含めた成果、今後の課題など） ①繰り返し行うことで、恐怖心が減り、後ろ向き、横向きでのまたぎ越しもできるようになった。動きもスムーズになってきたが、マットの上でじっくり股関節を緩める動作は苦手であるので、またぎ越しと同様、継続して行い、リラックスしてできるようにしていきたい。 ②ひもを持って引っ張ることがとてもスムーズになった。友達を二人乗せて、廊下の端から端まで止まらずに進むことができるようになった。力の入れ方が分かってきたようである。今後はいろいろな姿勢で体に力を入れる活動も取り入れていきたい。 ③手すりを持たずに、階段を上ったり、降りたりすることができた。また、足元を自分で見て確認しながら行う様子も見られた。下りは慎重だが怖がることがなくなり、上りは一人でどんどん上っていくことができた。
--

おわりに

自立活動ハンドブックは、自立活動部が中心となり、平成 30 年学習指導要領解説自立活動編を片手に試行錯誤しながらまとめました。本校の実践を掲載した部分は、関わった教師全員で話し合い、悩みながら作成したものです。

この自立活動ハンドブックが、知的障害のある児童生徒の自立活動を実践している方々の情報共有ツールになることを期待しています。それぞれの学級、学年、学校内で、本校の情報をきっかけに、自立活動の指導について意見を出したり、相談したりしてもらえると嬉しいです。読んでいただいた方々の率直な御意見を、今後の自立活動の指導に活かしていきたいと思えます。未熟な内容ではありますが、たくさんの方々に活用していただければ幸いです。

例年、自立活動ハンドブックは見直しを重ねています。今後、高等部の学習指導要領解説が発行される見込みですので、動向に合わせて改訂していく予定です。

今回は、創立 40 周年記念事業により、PTA、教育後援会、同窓会から御尽力いただき装丁することができました。貴重な機会に深く感謝申し上げます。また、自立活動ハンドブック作成には、多くの方々にお力添えをいただきました。本当にありがとうございました。

自立活動部

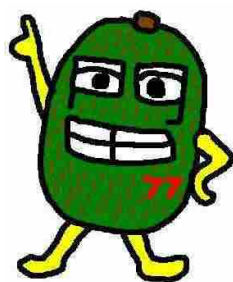
愛知県立豊川特別支援学校
前校長 河合 千丈



そつとよりそい
心のやりとり
自立に向けた
主体的な活動

引用・参考文献

- ・研究報告書 第 371 号 特別支援学校及び特別支援学級における知的障害のある児童生徒の自立活動に関する調査研究Ⅱ（1 か年研究） 埼玉県立総合教育センター特別支援教育担当 web 2018. 9. 1
- ・自閉症のある児童生徒の自立活動ガイドブック～他者とのかかわり編～ 岩手県立総合教育センター教育支援相談担当 web 2018. 7. 6
- ・自立活動お助けシートの使い方 三好特別支援学校 web 2018. 7. 10
- ・自立活動学習内容要素表 長崎自立活動研究会 長崎自立活動研究会 (najis) 会長磯辺光二編著 2010
- ・自立活動の指導の手引き 平成 25 年 4 月 山口県教育委員会 web 2018. 7. 6
- ・自立活動ハンドブックー知的障害のある児童生徒の指導のためにー 平成 27 年 2 月 岡山県総合教育センター web 2018. 7. 6
- ・知的障害特別支援学校の自立活動の指導 全国特別支援学校知的障害教育校長会編著 ジアース教育新社 2018
- ・特別支援学校学習指導要領解説 自立活動編（幼稚部・小学部・中学部・高等部）平成 21 年 文部科学省 2009
- ・特別支援学校教育要領・学習指導要領解説 自立活動編（幼稚部・小学部・中学部）平成 30 年 3 月 文部科学省 2018
- ・特別支援学校 幼稚部教育要領 小学部・中学部学習指導要領 平成 29 年 4 月 告示 文部科学省 2017
- ・特別支援教育のとおき授業レシピ 藤原義博 柘植雅義監修 筑波大学附属大塚特別支援学校編著 2016
- ・平成 29 年版小学校新学習指導要領の展開 特別支援教育編 宮崎英憲監修 山中ともえ編著 明治図書 2018
- ・平成 29 年版特別支援学校小学部・中学部新学習指導要領の展開 特別支援教育編 宮崎英憲監修 横倉久編著 明治図書 2018



愛知県立豊川特別支援学校 キャラクター
「カドタン」