

自立活動とは No.2 ～ 「自立活動」の内容について ～

学習指導要領が改訂になり、その中で「自立活動」の内容も6区分は変わりませんが、項目が一つ増え、27項目となりました。また、内容の一部も変更となっています。発達障害ある児童生徒の増加に伴い、「障害の特性の理解」や「生活環境の調整」、「状況の把握」や「状況に応じた行動」等の内容の充実が求められています。

6つの区分：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

区 分	1 健康の保持
内 容	・生命を維持し、日常生活を行うために必要な身体の状態の維持・改善を図る。
項 目	<p>(1) 生活のリズムや生活習慣の形成に関すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体温の調節、覚醒と睡眠等の健康状態の維持・改善に必要な生活のリズムを身に付けることや、食事や排せつ等の生活習慣の形成、衣服の調節、室温調節や換気、感染予防のための清潔の保持等の健康な生活環境の形成を図る。 <p>(2) 病気の状態の理解と生活管理に関すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の病気の状態を理解し、その改善を図り、病気の進行の防止に必要な生活様式について理解を深め、それに基づく生活の自己管理ができるようにする。 <p>(3) 身体各部の状態の理解と養護に関すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・病気や事故等による神経、筋、骨、皮膚等の身体の一部の状態を理解し、その部位を適切に保護したり、症状の進行を防止したりできるようにする。 <p>(4) 障害の特性の理解と生活環境の調整に関すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の障害の特性や、それらが学習上又は生活上の困難にどう関連しているのか等を理解すること、その状況に応じて、自分の行動等を調整したり、自ら生活環境に主体的に働き掛けたりして、より学習しやすく過ごしやすい環境を整える。 <p>(5) 健康状態の維持・改善に関すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・障害があることにより、運動量が少なくなったり、体力が低下したりすることを防ぐために、日常生活における適切な健康の自己管理ができるようにする。


改訂で追加された項目。




※多様な障害の種類や状態等に応じた指導において、本人の障害受容を含めた環境調整力を高めていく必要があることを示しています。共に学ぶしくみ（インクルーシブ教育）を進めていく上で、互いに理解し合う環境を整えることが重要です。

区 分	2 心理的な安定
内 容	・自分の気持ちや情緒をコントロールして変化する状況に適切に対応するとともに、障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服する意欲の向上を図る。
項 目	<p>(1) 情緒の安定に関すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・情緒の安定を図ることが困難な児童生徒が、安定した情緒の下で生活できるようにすること。 <p>(2) 状況の理解と変化への対応に関すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・場所や場面の状況を理解して心理的抵抗を軽減したり、変化する状況を理解して適切に対応したりする等、行動の仕方を身に付けること。 <p>(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。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分の障害の状態を理解したり、受容したりして、積極的に障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服しようとする意欲の向上を図る。



区 分	3 人間関係の形成
内 容	・自他の理解を深め、対人関係を円滑にし、集団参加の基盤を培う。
項 目 	(1) 他者とのかかわりの基礎に関すること。 ・人に対する基本的な信頼感を持ち、他者からの働き掛けを受け止め、それに応ずることができるようにする。 (2) 他者の意図や感情の理解に関すること。 ・他者の意図や感情を理解し、場に応じた適切な行動をとることができるようにする。 (3) 自己の理解と行動の調整に関すること。 ・自分の得意なことや不得意なこと、自分の行動の特徴等を理解し、集団の中で状況に応じた行動ができるようになる。 (4) 集団への参加の基礎に関すること。 ・集団の雰囲気に合わせてたり、集団に参加するための手順やきまりを理解したりして、遊びや集団活動などに積極的に参加できるようになる。

区 分	4 環境の把握
内 容	・感覚を有効に活用し、空間や時間等の概念を手掛かりとして、周囲の状況を把握したり、環境と自己との関係を理解したりして、的確に判断し行動できるようにする。
項 目 	(1) 保有する感覚の活用に関すること。 ・保有する視覚、聴覚、触覚等の感覚を十分に活用できるようにする。 (2) <u>感覚や認知の特性についての理解と対応に関する</u> こと。 ・感覚の過敏さや認知の偏りなどの特性について理解し、自分に入ってくる情報を適切に処理できるようにするとともに、個々の特性に適切に対応できるようにする。 (3) <u>感覚の補助及び代行手段の活用に関する</u> こと。 ・保有する感覚器官を用いて状況を把握しやすくするよう各種の補助機器を活用できるようにしたり、他の感覚や機器での代行が的確にできるようにしたりすること。 (4) <u>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</u> こと。 ・いろいろな感覚器官やその補助及び代行手段を総合的に活用して、情報を収集したり、環境の状況を把握したりして、的確な判断や行動ができるようにすること。 (5) <u>認知や行動の手掛かりとなる概念の形成に関する</u> こと。 ・ものの機能や属性、形、色、音が変化する様子、空間・時間等の概念の形成を図ることによって、それを認知や行動の手掛かりとして活用できるようにする。

下線部が改訂で修正された内容。

※「4 環境の把握」の内容が一部改訂でされた理由は、連続性のある「多様な学びの場」において、障害のある児童生徒等の多様な障害の種類や状態等に応じた指導を、一層充実させるためです。「理解」や「状況についての把握、状況に応じた行動」と、より具体的に明記したことで、何をするのが強調されました。

区 分	5 身体の動き
内 容	・日常生活や作業に必要な基本動作を習得し、生活の中で適切な身体の動きができるようにする。
項 目	<p>(1) 姿勢と運動・動作の基本的技術に関すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・日常生活に必要な動作の基本となる姿勢保持や上肢・下肢の運動・動作の改善及び習得、関節の拘縮や変形の予防、筋力の維持・強化を図ることなどの基本的技能に関すること。 <p>(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。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・姿勢の保持や各種の運動・動作が困難な場合、様々な補助用具等の補助的手段を活用してこれらができるようにすること。 <p>(3) 日常生活に必要な基本動作に関すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食事、排せつ、衣服の着脱、洗面、入浴等の身近処理及び書字、描画等の学習のための動作等、基本動作を身に付けることができるようにする。 <p>(4) 身体の移動能力に関すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自力での身体移動や歩行、歩行器や車いすによる移動等、日常生活に必要な移動能力の向上を図る。 <p>(5) 作業に必要な動作と円滑な遂行に関すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・作業に必要な基本動作を習得し、その巧緻性や持続性の向上を図るとともに、作業を円滑に遂行する能力を高める。



※身体の動きに関する指導を行う際には、障害による可動域の範囲を確認するとともに、治療等による動きの制限などもあります。専門家と連携を図る場合は、保護者や本人の同意を得て情報を集めることが大切です。

区 分	6 コミュニケーション
内 容	・場や相手に応じ、コミュニケーションを円滑に行うことができるようにする。
項 目	<p>(1) コミュニケーションの基礎的能力に関すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・障害の種類や程度、興味・関心等に応じて、表情や身振り、各種の機器等を用いて意思のやりとりが行えるようにするなど、コミュニケーションに必要な基礎的な能力を身に付けることができる。 <p>(2) 言語の受容と表出に関すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・話し言葉や各種の文字・記号等を用いて相手の意図を受け止めたり、自分の考えを伝えたりするなど、言語を受容し表出することができるようにする。 <p>(3) 言語の形成と活用に関すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・コミュニケーションを通して、事物や現象、自己の行動等に対応した言語の概念の形成を図り、体系的な言語を身に付けることができるようにする。 <p>(4) コミュニケーション手段の選択と活用に関すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・話し言葉や、各種の文字・記号、機器等のコミュニケーション手段を適切に選択・活用して、コミュニケーションが円滑にできるようにする。 <p>(5) 状況に応じたコミュニケーションに関すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・場や相手の状況に応じることや、伝える側と受け取る側との人間関係を大切にしながら、主体的なコミュニケーションを展開できるようにする。

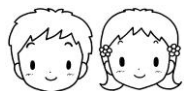


自立活動の実施に向けた個別の指導計画作成

新学習指導要領には、発達障害を含む障害のある児童生徒が特別支援学級や通級指導教室、さらには通常学級において個々のニーズに応じた支援を受けて学習を進める必要がある場合、「個別の指導計画」を作成することや、「自立活動」の指導を行うことが明記されています。

ここでは、自立活動の指導に向けた「個別の指導計画」作成と、実践から評価までの流れについて説明します。

※提示している流れは一例です。



実態把握

障害の状態、発達や経験の程度、興味・関心、生活や学習環境などについて情報収集

- 本人・保護者のニーズ：本人・保護者の希望，生活環境等を踏まえたニーズの把握
- 引き継ぎ：「個別の教育支援計画」や「個別の指導計画」の引き継ぎ
- 観察：学習の様子，行動の様子を複数の目で判断
- 諸検査：数値だけではなく，発達の偏りに注目



情報の整理・課題の整理

情報の整理

- 収集した情報を「障害による学習上又は生活上の困難の視点」から整理
- 整理した情報を基に仮説を立てる
 - 例) 視知覚に問題があり，学習や生活に様々な支障をきたしているのではないかな？
 - 目と手の協応といった感覚の協調面での問題が大きいのではないかな？ など

課題の整理

- 留意点：①必要性（将来の生活を見通して今，何が必要かな？）
②適時性（今指導することが適切かな？）
③達成可能性（一定期間で達成できるかな？）
- 整理の仕方：教科学習における学習上の困難を再整理する。
教科間に見られる障害特性と課題を整理する。
対象児童生徒にとって解決可能で取り組みやすい指導内容を考える。

自立活動の目標の設定

- いくつかの指導目標の中で優先する目標を設定
- 自立活動の「時間の指導」の目標と，各教科等の学習の中で行う「関する指導」の目標の整理

指導項目や指導内容の選定

- 自立活動の「指導項目」「内容」の中から必要な項目を選定（関連づけ）
※必ずしも，すべての項目や内容を選ぶわけではない。

→ 「個別の指導計画」の中に反映



計画 ⇒ 指導実践 ⇒ 評価 ⇒ 見直し・修正 （PDCA サイクル）