

2 研究の実際

(3) 本研究で考える自立活動の指導の進め方

自立活動の指導に当たっては、児童生徒一人一人の実態を的確に把握して、個別の指導計画を作成し、それに基づいて指導を展開しなければなりません。自立活動の個別の指導計画を作成する上で最も重要な点は、実態把握から指導目標を設定するプロセスにあります。「特別支援学校学習指導要領解説 自立活動編」には、その流れについてのイメージをもちやすくするために例（流れ図）が示されています。

しかし、本研究で実施したアンケート結果から、小・中学校等の特別支援学級においては、特別支援教育経験が浅い教師の割合が高いことや、自立活動の指導に難しさを感じている教師が多いことが分かりました。

そこで本研究では、これらの現状と課題を踏まえ、自立活動の進め方について、対象の児童生徒の実態把握から自立活動の具体的な指導内容の設定に至るまでの過程を段階ごとに分け、

図4のように示しました。また、具体的な指導内容を設定するまでの流れや、各段階で取り組む際に使用できる書き込み式のシート等を以下のように作成しました（表3）。各段階や目的に応じてシート等を使用することで、特別支援教育経験年数が浅い教師にとっても、一人一人のニーズを踏まえた自立活動の指導の実現につながると考えます。

ア 実態把握	① 情報収集
	② 情報整理
	-1 区分に即して整理 -2 学習上又は生活上の困難の視点で整理 -3 将来の姿から整理
イ 課題の整理	③ 実態把握からの課題抽出
	④ 中心的な課題の決定
ウ	⑤ 指導目標の設定
エ	⑥ 項目の選定
	⑦ 項目間の関連付け
オ	⑧ 具体的な指導内容の設定

図4 本研究で考える自立活動の指導の進め方

表3 本研究で作成したシート等

段階	目的	シート等の名称
①～⑧	実態把握から具体的な指導内容を設定するまでの流れを知る	流れ図シート (Excel 形式)
①	実態把握のために必要な情報を収集する	情報収集シート (Excel 形式)
②	収集した情報を整理する	情報整理シート
④ ⑤	指導すべき課題を整理し、指導目標を設定する	課題抽出～指導目標シート
⑥ ⑦	必要な項目を選定し、項目間の関連付けについて知る	
⑧	障害種ごとの自立活動の具体的な指導内容例を知る	自立活動の具体的な指導内容例 (障害種別・Excel 形式)
	自立活動の学習指導案の様式の例を知る	「自立活動の時間」学習指導案様式 (Word 形式)
	自立活動の年間計画を立てる	「自立活動の指導」年間計画様式

(青の下線部分にはリンクを張っています。)

次頁から、自立活動の指導の進め方の流れが分かりやすくなる「流れ図シート」についてや、各段階において、教師が取り組む内容や取り組む際の留意点、使用できるシート等について示します。

①～⑧ 流れ図シートについて

「特別支援学校学習指導要領解説 自立活動編」に示されている、実態把握から具体的な指導内容を設定するまでの流れの例（流れ図）を参考に「流れ図シート」を作成しました。

「流れ図シート」を使用することで、実態把握から具体的な指導内容を設定するまでの流れについてのイメージをもつことができます。以下に「流れ図シート」の記入の仕方を示します。

流れ図シート

ポイント

- 吹出しには、それぞれの段階で使用できるシート等を紹介しています。

流れ図シート

実態把握

① 情報収集

「情報収集シート」を使用すると、自立活動の指導を行うために必要な情報を収集することができます

- ・できないことだけでなく、できることや得意なことも書くようにします
- ・障害の状態、発達や経験の程度、興味・関心、生活状況や学習環境などを書きます
- ・「～がある。」「～ができる。」等、事実について書きます

実態把握

②-1 情報整理(区分に即して整理)

「情報整理シート」を使用すると、収集した情報を六つの区分に整理することができます

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で収集した情報を自立活動の内容の六つの区分に即して整理します					

実態把握

②-2 情報整理(学習上又は生活上の困難の視点で整理)

「情報整理シート」を使用すると、難しさの背景の例を知ることができます

- ・①で収集した情報を学習上または生活上の困難の視点で整理します
- ・これまでの学習状況等を踏まえ、学習上又は生活上の難しさだけではなく、既にできていること、支援があればできることなども書きます
- ・「～なため〇〇である。」等、難しさの背景を考えて書くようにします

実態把握

②-3 情報整理(将来の姿から整理)

- ・①で収集した情報を将来の姿の観点から整理します
- ・「～を望んでいる。」等、本人や保護者の願いを踏まえて書くようにします

「自立活動の具体的な指導内容例(障害種別)」を使用すると、障害種ごとの障害の状態を把握したり、自立活動の指導に必要な項目を整理したりすることができます

※障害種のみによって特定の指導内容に偏ることがないように、対象となる児童生徒の全体像を見て整理するようにします

本研究で考える自立活動の進め方-2

指導すべき課題の整理

③ 実態把握からの課題抽出 「課題抽出～指導目標シート」を使用すると、指導すべき課題を抽出することができます

- ・②で整理した情報の中から、課題となることを抽出します
- ・課題を「できること」「もう少しでできること」「援助があればできること」「できないこと」を明らかにして抽出して書きます

④ 中心的な課題の決定 「課題抽出～指導目標シート」を使用すると、課題同士の関係が整理でき、中心的な課題を導き出すことができます

- ・③で抽出した課題同士がどのように関連しているかを整理し、中心的な課題を導き出します
- ・「できること」「もう少しでできること」「援助があればできること」「できないこと」などのうちから、中心となる課題を選びます

⑤ 指導目標の設定 「課題抽出～指導目標シート」を使用すると、中心的な課題を踏まえた指導目標を設定することができます

- 課題同士の関係を整理する中で今指導すべき指導目標として
- ・④で導き出した中心的な課題を踏まえて、指導目標を設定します

⑥ 項目の選定 「課題抽出～指導目標シート」を使用すると、指導すべき課題の区分や項目を選定することができます

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
	・⑤で設定した指導目標を達成するために必要な項目を6区分27項目の中から選定します					

項目間の関連付け

⑦ 項目間の関連付け 「課題抽出～指導目標シート」を使用すると、指導すべき項目同士を関連付けることができます

- ・項目同士を関連付けるポイントを書きます
- ・「⑤で設定した指導目標を達成するために、区分〇〇〇の項目〇〇と区分□□□の項目□□とを関連付けて指導する。」などと書きます

⑧ 具体的な指導内容の設定

	ア	イ	ウ	...
選定した項目を関連付けて具体的な指導内容を設定	<ul style="list-style-type: none"> ・「⑥項目の選定」と「⑧具体的な指導内容の設定」を結ぶ線は各項目間の関連を示しています ・指導目標を達成するために選定した項目同士を関連付けて、具体的な指導内容を設定します 			

「自立活動の具体的な指導内容例(障害種別)」を使用すると、児童生徒の障害の状態に応じた具体的な指導内容例と留意点を知ることができます
 また、中心となる項目や他の項目との関連例も知ることができます
 ※具体的な指導内容例として取り上げているものは、全て他の項目と関連したものであり、あくまでも当該の項目を中心として設定された指導内容例として捉えなければいけません
 ※他の障害であっても、学習上または生活上の困難が共通する場合には、指導内容例を参考にすることができます

ア 児童生徒の実態把握

自立活動は、それぞれの障害による学習上又は生活上の困難を主体的に改善・克服することを目標にしているため、必然的に一人一人の指導内容・方法も異なってきます。そのため、個々の児童生徒について、障害の状態、発達や経験の程度、興味・関心、生活状況や学習環境などを的確に把握することが大切です。実態把握の段階は、実態把握のために必要な情報を収集する段階（情報収集）と、収集した情報を整理する段階（情報整理）があります。

① 情報収集

実態把握に必要な情報を収集する際は、児童生徒のできないことばかりではなく、できることや得意なことにも着目することが大切です。また、保護者等から生育歴や家庭生活の状況を聞いたり、保護者の教育に対する考え等を捉えたりすることも重要です。さらに、教育的立場からの実態把握ばかりではなく、心理学的な立場、医学的な立場からの情報や児童生徒が支援を受けている福祉施設等からの情報を収集して実態把握を行います。

実態把握をする際に収集する情報の内容例として、学習指導要領解説自立活動編には、以下のように示されています（図5）。

・病気等の有無や状態	・聴覚機能
・生育歴	・知的発達や身体発育の状態
・基本的な生活習慣	・興味・関心
・人やものとのかかわり	・障害の理解に関すること
・心理的な安定の状態	・学習上の配慮事項や学力
・コミュニケーションの状態	・特別な施設・設備や補助用具（機器を含む。）の必要性
・対人関係や社会性の発達	・進路
・身体機能	・家庭や地域の環境
・視機能	等

図5 収集する情報の内容例

実態把握の方法としては、観察法、面接法、検査法等の直接的な把握の方法がありますが、それぞれの方法の特徴を十分に踏まえながら目的に即した方法を用いることが大切です。

記入の仕方としては、教師の主観が入り過ぎないように、文末が「～である。」等となるように事実について書くとよいでしょう。

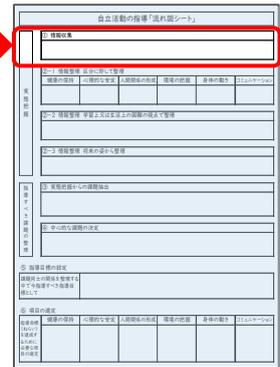
実態把握や情報収集が多岐にわたって十分に行われていないと個別の指導計画が作成できないというわけではありません。その時点で把握できた実態や収集できた情報に基づいて作成し、指導するようにしましょう。



① 情報収集シートについて

【この段階で使用します】

「情報収集シート」を使用することで、自立活動の指導を進めるために必要な情報を収集することができます。情報収集後の情報整理の段階で、それぞれの観点で整理しやすいように、自立活動の区分や、将来の姿等について書くことができますようにしています。



流れ図シート

ポイント

- できないことだけでなく、できることや得意なことも書くようにします。
- 「～がある。」「～ができる。」等、事実について書くようにします。
- 全ての項目を記入しなければならないということではありません。
- 当該学年だけでなく、前学年までの個別の教育支援計画や個別の指導計画も基にしながら記入すると継続的・系統的な指導につながります。
- 自立活動に関する内容（1～6）については、「情報整理シート」や「自立活動の具体的な指導内容例（障害種別）」を参考にすることができます。

【記入例】

記入者：		記入日： 年 月 日	
ふりがな	性別	所属	学校
氏名		年 組	
家族構成	生年月日	年 月 日	
障害の種類・程度や状態等			
諸検査の結果 (心理検査・学力検査等)			
地域・関係機関			
本人のねがい			
保護者のねがい			
興味・関心			
学校生活での配慮事項 ・学習上 ・生活上 ・施設・設備や補助用具			
将来の姿 ・進路 ・卒業後			
その他			
1 健康の保持 ・基本的な生活習慣 ・病気や体調の状態			
2 心理的な安定 ・情緒の安定 ・環境や周囲のものに対するかかわり			
3 人間関係の形成 ・他者とのかかわり ・集団への参加			
4 環境の把握 ・感覚や認知の特性 ・感覚の補助及び代行手段			
5 身体の動き ・日常生活に必要な動作の様子 ・姿勢や運動・動作の様子			
6 コミュニケーション ・言語等でのやりとり ・言語の表出や理解 ・状況に応じたコミュニケーション			

情報収集シート

2 心理的な安定	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の思い通りにならないと情緒が不安定になり、機嫌が悪くなることがある。 ・初めての場所や活動に対して不安を抱きやすいが、見通しをもてると、自分から取り組むことができる。
3 人間関係の形成	<ul style="list-style-type: none"> ・他者とのかかわりをもとうとするが、上手にかかわれないことが多い。 ・ゲームの際、ルールの把握に戸惑い、集団に参加できないことがある。

② 情報整理

収集した情報を整理する段階です。情報を「自立活動の区分に即して」「学習上又は生活上の困難の視点で」「将来の姿から」で整理することで、対象児童生徒の課題を焦点化していきます。

②-1 自立活動の区分に即して整理

収集した情報を、自立活動の区分に即して整理する段階です。その際、障害名のみによって特定の指導内容に偏ることがないように、対象となる児童生徒の全体像を捉えて整理します。自立活動の内容は、6区分27項目あります（表4）。

表4 自立活動の内容

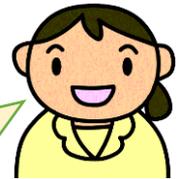
区分	健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
項目	①生活のリズムや生活習慣の形成に関する事	①情緒の安定に関する事	①他者とのかかわりの基礎に関する事	①保有する感覚の活用に関する事	①姿勢と運動・動作の基礎的技能に関する事	①コミュニケーションの基礎的能力に関する事
	②病気の状態の理解と生活管理に関する事	②状況の理解と変化への対応に関する事	②他者の意図や感情の理解に関する事	②感覚や認知の特性についての理解と対応に関する事	②姿勢保持と運動・動作に補助手段の活用に関する事	②言語の受容と表出に関する事
	③身体各部の状態の理解と養護に関する事	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事	③自己の理解と行動の調整に関する事	③感覚の補助及び代行手段の活用に関する事	③日常生活に必要な基本的動作に関する事	③言語の形成と活用に関する事
	④障害の特性の理解と生活環境の調整に関する事		④集団への参加の基礎に関する事	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事	④身体の移動能力に関する事	④コミュニケーション手段の選択と活用に関する事
	⑤健康状態の維持・改善に関する事			⑤認知や行動の手掛かりとなる概念の形成に関する事	⑤作業に必要な動作と円滑な遂行に関する事	⑤状況に応じたコミュニケーションに関する事

②-2 学習上又は生活上の困難の視点で整理

収集した情報を、学習上又は生活上の困難の視点で整理する段階です。その際、これまでの学習状況を踏まえ、学習上又は生活上の難しさだけではなく、既にできていること、支援があればできることなども書きます。収集した情報や心理検査等の結果を通して、難しさの背景や要因を明らかにし、「～なため〇〇である。」等のような書き方をするとよいでしょう。

学習上又は生活上の困難の例は……

- ・興味のあることに注意が集中する傾向があるため、活動等の全体像が把握できないことがある。
 - ・特定の動作や行動に固執したり、同じ話を繰り返したりするなど、次の活動や場面に切り換えることが難しいことがある。
- などがありますよ。



②-3 将来の姿から整理

収集した情報を将来の姿の観点から整理する段階です。児童生徒の生活年齢や学校で学ぶことのできる残りの年数を視野に入れて整理します。例えば、「〇〇年後の姿」をイメージしたり、卒業までにどのような力を、どこまで育むとよいかを想定したりして整理します。本人や保護者の願いを踏まえ、「～を望んでいる。」「～が必要である。」等のような書き方をするとよいでしょう。

将来の姿の例は……

- ・保護者は、特別支援学校高等部への進学を望んでいる。
 - ・中学校卒業までに、自分の気持ちを落ち着かせる方法を身に付けておくことが必要である。
- などがありますね。



② 情報整理シートについて



【この段階で使用します】

「情報整理シート」を使用することで、収集した情報を六つの区分に整理したり、学習上又は生活上の困難の視点で整理したりすることができます。

流れ図シート

ポイント

- 情報収集シートを参考に、児童生徒ができていない項目にチェック☑します。その際、同年齢の児童生徒の様子と比較します。
- 学習指導要領の具体的な指導内容例に示された障害種を参考にすることもできます。
- チェックが付かなかった項目及び他と比べてチェックが少ない項目については、自立活動の指導の必要性が高いと考えられます。
- チェックが多い項目は、児童生徒の長所と捉え、指導に生かすようにします。
- 各区分において、必要な教師の支援や児童生徒の変化等についての気づきがあれば、備考欄に記入します。

区分	項目	内容	障害種
1 状況の理解	(1) 生活のリズムや生活習慣の形成に関すること	【生活のリズム】 <input type="checkbox"/> 眠れ、決まった時間に起きることができる <input type="checkbox"/> 日中、目覚めた状態を維持することができる <input type="checkbox"/> 規則正しい生活を送ることができる <input type="checkbox"/> 睡眠不足、食事をとることができる <input type="checkbox"/> 起床時の体調不良を解消し、生活のリズムが保たれている 【生活習慣の形成】 <input type="checkbox"/> 手洗いや歯磨きができる <input type="checkbox"/> 身体が清潔に保たれている <input type="checkbox"/> 清潔に保たれた衣服を着ることができる <input type="checkbox"/> 適切な量の水分や食料を摂取することができる <input type="checkbox"/> 適切な温度、湿度などを適切に保つことができる	・自閉症 ・ADHD ・LD
	(2) 病気の状態の理解と生活環境の調整に関すること	<input type="checkbox"/> 病気の発生を予測し、適切な予防措置を講ずることができる <input type="checkbox"/> 体調の変化に気づいたり、病状の予兆を感知することができる <input type="checkbox"/> 病気の発生や経過について理解し、自己管理をすることができる <input type="checkbox"/> 病気の発生や経過について理解し、周囲の支援を必要とする場合がある	・自閉症 ・ADHD ・LD ・LD ・LD
	(3) 身体各部の状態の理解と養護に関すること	<input type="checkbox"/> 成長や発達による身体各部の成長や、髪、爪等の成長を理解している <input type="checkbox"/> 成長や発達による身体各部の適切なケアやケアの方法を理解している <input type="checkbox"/> 成長や発達による身体各部の適切なケアやケアの方法を理解している	・自閉症 ・ADHD ・LD ・LD ・LD
2 状況の変化	(1) 情緒の安定に関すること	<input type="checkbox"/> 悩みを打ち明ける等、自分の不安な気持ちを表現することができる <input type="checkbox"/> 興奮を静めたり不安を和らげたりする等、情緒を安定させる方法を理解している <input type="checkbox"/> 情緒を安定させる方法を、実際に行うことができる	・自閉症 ・ADHD ・LD ・LD ・LD
	(2) 状況の理解と変化への対応に関すること	<input type="checkbox"/> 環境や周囲の状況を理解することができる <input type="checkbox"/> 環境や周囲の状況の変化に対し、適切に対応することができる <input type="checkbox"/> 見通しをもち、その場に応じた行動の仕方を身に付けている	・自閉症 ・LD ・LD ・LD
	(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	<input type="checkbox"/> 自分の障害の状態を理解したり、受容したりしている <input type="checkbox"/> 障害に伴う学習上又は生活上の困難を改善・克服しようとする意欲をもっている <input type="checkbox"/> 自己を肯定的に捉え、積極的に活動に取り組もうとしている	・筋ジストロフィー ・自閉症 ・LD ・LD ・LD
備考			

情報整理シート

自立活動の内容項目に必要と思われる要素

学習指導要領の具体的な指導内容例に示された障害種

区分	項目	内容	障害種
	2 心理的な安定	(1) 情緒の安定に関すること <input checked="" type="checkbox"/> 悩みを打ち明ける等、自分の不安な気持ちを表現することができる <input checked="" type="checkbox"/> 興奮を静めたり不安を和らげたりする等、情緒を安定させる方法を理解している <input checked="" type="checkbox"/> 情緒を安定させる方法を、実際に行うことができる	・自閉症 ・ADHD・LD ・チック・重度重複心身症
	(2) 状況の理解と変化への対応に関すること	<input checked="" type="checkbox"/> 環境や周囲の状況を理解することができる <input checked="" type="checkbox"/> 環境や周囲の状況の変化に対し、適切に対応することができる <input type="checkbox"/> 見通しをもち、その場に応じた行動の仕方を身に付けている	・視覚障害 ・選択性かん黙 ・自閉症
	(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	<input type="checkbox"/> 自分の障害の状態を理解したり、受容したりしている <input type="checkbox"/> 障害に伴う学習上又は生活上の困難を改善・克服しようとする意欲をもっている <input type="checkbox"/> 自己を肯定的に捉え、積極的に活動に取り組もうとしている	・筋ジストロフィー ・肢体不自由 ・LD ・聴覚障害 ・吃音 ・知的障害
備考		・言葉かけをすると、自分でクールダウンの部屋に移動できるようになってきている ・自分の障害について、担当に尋ねることが多くなってきた	

この場合 (1)(2)は、長所と考えられる項目 (3)は、自立活動の指導の必要性が高い項目だと考えられます

イ 指導すべき課題の整理

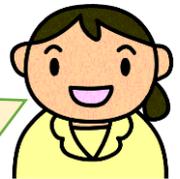
指導すべき課題を整理する段階です。自立活動の指導に当たっては、個々の児童生徒の障害の状態や特性及び心身の発達の段階等の的確な把握に基づいて、指導すべき課題を明確にします。指導すべき課題の整理の段階は、整理した情報の中から、課題を抽出する段階（課題抽出）と抽出した課題同士がどのように関連しているかを整理し、中心的な課題を導き出す段階（中心的な課題）があります。

③ 実態把握からの課題抽出

情報整理をすることで、児童生徒の「できること」「もう少しでできること」「援助があればできること」「できないこと」などが明らかになります。その中から、現時点で指導が必要だと考えられる課題を抽出します。

以下のような課題は、指導すべき対象から外すことが考えられます。

- ・「援助があればできること」のうち、児童生徒の障害の状態等を踏まえれば現状を維持していくことが妥当であるもの。
- ・「できないこと」のうち、数年間指導を続けてきたにも関わらず習得につながる変化が見られないもの。



④ 中心的な課題の決定

抽出した課題同士がどのように関連しているかを整理し、中心的な課題を導き出します。課題同士の関連とは、例えば、「原因と結果」や「相互に関連し合っている」などの観点、発達や指導の順序等が考えられます。



「もう少しでできること」のうち、その課題が改善されると発達が促され、他の課題の改善にもつながっていくものを、中心的な課題として捉えてみる事が考えられます。

ウ ⑤ 指導目標の設定

中心的な課題に基づき指導目標を設定する段階です。指導目標の設定に当たっては、長期の指導目標とともに、短期の指導目標を定めることが自立活動の指導の効果を高めるために必要です。

指導目標を達成するためには、個々の児童生徒の実態に即して必要な指導内容を段階的、系統的に取り上げることが大切です。すなわち、段階的に短期の指導目標が達成され、それがやがて長期の指導目標の達成につながるという展望が必要です。

長期の指導目標は学年ごと、短期の指導目標は学期ごとと捉えて設定するとよいでしょう。



児童生徒の障害の状態等は変化し得るものであるため、特に長期の指導目標については、今後の見通しを予測しながら、指導すべき課題を再整理し、指導目標を適切に変更し得るような弾力的な対応が必要です。

③ 課題抽出～⑤ 指導目標シートについて

「課題抽出～指導目標シート」を使用することで、課題の抽出及び目標設定をする際に、指導すべき課題を取り出したり、中心的な課題を導き出したりすることができます。

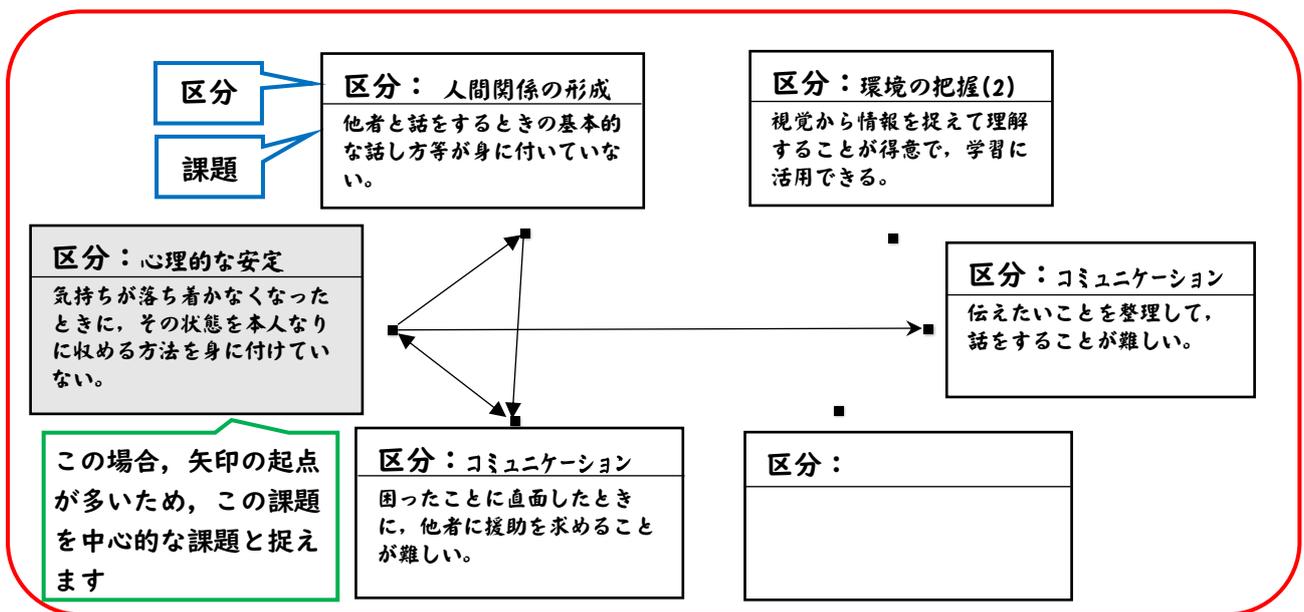
情報抽出～指導目標シート

ポイント

【この段階で使用します】

流れ図シート

- 現時点で指導が必要だと考えられる課題と、その区分や項目を書きます。
- 課題同士で関連するものを矢印で結びます。
【→】は、原因と結果を示します。
【←→】は、相互に関連し合っていることを示します。
- 抽出した課題同士の関連を整理します。その際、矢印の数や方向の様子を参考にします。そして、中心的な課題を導き出します。
- 中心的な課題に基づき、指導目標を設定します。



長期の指導目標は学年ごと、短期の指導目標は学期ごとと捉えて設定するとよいです

○長期の指導目標

- ・自分の気持ちを安定させ、伝えたいことを整理して話すことができる。

エ ⑥⑦ 項目の選定及び項目間の関連付け

指導目標を達成するために必要な項目を選定し、項目同士を関連付ける段階です。実態把握から抽出した課題等を参考に、指導目標を達成するために必要な項目を自立活動の6区分27項目から選定します。その際、根拠をもって項目同士を関連付けることが大切です。選定した項目同士を関連付ける場合、「指導目標を達成するためには、このような力を育てる必要がある。したがって、区分〇〇〇の項目〇〇と区分□□□の項目□□と関連付けて指導する。」など課題同士の関連や整理を振り返りながら検討することが大切です。

オ ⑧ 具体的な指導内容の設定

選定した項目を相互に関連付けて、指導目標を達成するための具体的な指導内容を設定する段階です。その際の配慮事項を以下に示します（表5）。

表5 具体的な指導内容を設定する際の配慮事項

ア	児童又は生徒が、興味をもって主体的に取り組み、成就感を味わうとともに自己を肯定的に捉えることができるような指導内容を取り上げる
イ	児童又は生徒が、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を高めることができるような指導内容を重点的に取り上げる
ウ	個々の児童又は生徒が、発達の遅れている側面を補うために、発達の進んでいる側面を更に伸ばすような指導内容を取り上げる
エ	個々の児童又は生徒が、活動しやすいように自ら環境を整えたり、必要に応じて周囲の人に支援を求めたりすることができるような指導内容を計画的に取り上げる
オ	個々の児童又は生徒に対し、自己選択・自己決定する機会を設けることによって、思考・判断・表現する力を高めることができるような指導内容を取り上げる
カ	個々の児童又は生徒が、自立活動における学習の意味を将来の自立や社会参加に必要な資質・能力との関係において理解し、取り組めるような指導内容を取り上げる

特別支援学校教育要領・学習指導要領解説自立活動編 pp.111-118 を基に作成

個々の児童又は生徒の実態に応じた具体的な指導方法を創意工夫し、意欲的な活動を促すようにしましょう。



各教科、道徳科、外国語活動、総合的な学習の時間及び特別活動の指導と密接な関連を保つようにし、計画的、組織的に指導が行われるようにする必要があります。



⑧ 具体的な指導内容例（障害種別）

「具体的な指導内容例（障害種別）」を使用することで、児童生徒の障害の状態に応じた具体的な指導内容例と留意点について知ることができます。

自閉症・情緒障害		特別支援学校教育委員・学習指導要領解説より		
区分	項目	他の項目との関連例	児童生徒の障害の状態	具体的な指導内容例と留意点
I 健康の保持	(1) 生活のリズムや生活習慣の形成に関する事		<ul style="list-style-type: none"> 特定の食物や衣服に強いこだわりを示す場合があり、機嫌が悪くなったり、季節の変化にかかわらず同じ衣服を着続けたりすることがある 帽子からどのように見られているのかを推測することが苦手な場合がある 空襲や着衣の乱れなど身だしなみを整えることに関心が向かないことがある 	<ul style="list-style-type: none"> 個々の児童生徒の困難を明らかにした上で、無理のない程度の課題から取り組むことが大切である 生活のリズムや生活習慣の形成は、日課に即した日常生活の中で指導をすることによって行うことができる場合が多い 生活のリズムや生活習慣の形成に関する指導を行う際には、対象の児童生徒の1日の生活状況を把握する必要がある 清潔や衛生を保つことの必要性を理解できるようにし、家庭等との密接な連携の下に不衛生にならないように日常的に心がけられるようにすることが大切である
	体調の管理に関する指導については、「3 人間関係の形成」「4 環境の把握」「6 コミュニケーション」等		<ul style="list-style-type: none"> 自分の体調がよくない、悪くなりつつある、寝ているなどの状態がわからず、無理をしようとする傾向があり、体調を崩したり、回復に非常に時間がかかったりすることがある 興味のある活動に過度に集中してしまい、自分のことを顧みることが難しくなってしまうことがある 自己を客観的に把握することや体内の感覚を自覚することなどが苦手だということがある 	<ul style="list-style-type: none"> 健康を維持するために、気になることがあっても遅延時刻を守るなど、規則正しい生活をするための大切さについて理解したり、必要に応じて衣服を替えるなどして過度に過した衣服の調節をすることや身に付けた指導が必要である 体調を自己管理するために、客観的な情報となる体温を測ることを習慣化し、体調がよくないと判断したら、その後の対応を保護者や教師と相談することを学ぶなどの指導が大切である 健康に関する習慣について指導する場合には、自己を客観視するため、例えば、毎朝その日の体調を記録したり、起床・就寝時刻などを記録したりして、スケジュール管理をすること、自らの体内の感覚に注目することなどの指導をすることが大切である
	(4) 障害の特性の理解と生活環境の調整に関する事		<ul style="list-style-type: none"> 感覚の過敏さやこだわりがある場合、大きな音があたり、予定通りに物事が進まなかったりすると、情緒が不安定になることがある 	<ul style="list-style-type: none"> 自分から別の場所に移動したり、音量の調整や予定を延期してもらうことを他者に依頼したりするなど、自らの調整を行い、気持ち落ち着かせることができるようにすることが大切である
(5) 健康状態の維持・改善に関する事		<ul style="list-style-type: none"> 運動量が少なく、結果として肥満になったり、体力低下を招いたりすることがある 	<ul style="list-style-type: none"> 体力低下を防ぐためには、運動することへの意欲を高めながら適度な運動を取り入れたり、食生活と健康について実際の生活に即して学習したりするなど、日常生活において自己の健康管理ができるようにするための指導が必要である 心身の発達により平常時の状態が定まり、運動量が徐々に少なくなったり、食欲不振の状態になったりする場合がある 	

流れ図シート
【この段階で使用します】

具体的な指導内容例

ポイント

● 障害種ごとの自立活動の具体的な指導内容例を知りたいときに活用することができます。

① 児童生徒の障害種のシートを開きます。



② 指導目標を達成するために選定した区分や項目を基に、該当する「具体的な指導内容例と留意点」が指導の参考になるものにチェック☑します。

③ チェックした「具体的な指導内容例と留意点」から、現段階で必要な具体的な指導内容を設定します。

言葉を発してしまったりすることがある

日々の日課と異なる学校行事や、急な予定の変更などに対応することができず、混乱したり、不安になったりして、どのように行動したらよいか分からなくなることがある

周囲の状況に素直に向けることや経験したことを他の場面にも

うにするなどの指導をすることが大切である

予定されているスケジュールや予想される事態や状況等を伝えたり、事前に体験できる機会を設定したりするなど、状況を理解して適切に対応したり、行動の仕方を身に付けたりするための指導をすることが大切である

行動の仕方を短い文章にして読むようにしたり、

児童生徒の障害の状態

現段階で必要な具体的な指導内容

スケジュールチェック表を活用することで、次の行動が分かり、見通しをもって落ち着いて行動できるようにする。

※ 具体的な指導内容例は、それぞれの項目の内容をイメージしやすくなることを意図して、例示しているものです。示された障害の種類に限定した指導内容例ではないことに留意してください。