

自立活動 ～なにを、なんのために～

障害のある幼児児童生徒は、障害によって日常生活場面や学習場面で様々なつまずきや困難が生じるため、通常の教科教育をしているだけでは十分とは言えません。そこで、自立活動の指導が必要とされ、学校で取り組まれます。実態に応じて自立活動の項目を選定し、計画的に行うことが大切ですが、具体的にどのように計画し指導をすればよいのか。今回は、そんなテーマで自立活動の基本について紹介します。

1 自立活動とは

障害のある幼児児童生徒が自立し、社会参加するには、各教科等で学ぶ知識や技能等の他に、障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服する力を身に付けていく必要があります。そうした困難に対応する力を幼児児童生徒が主体的に学べる機会が自立活動です。幼児児童生徒一人一人の実態に応じた目標（ねらい）を立て、指導を行うことが必要になります。

2 自立活動を行う対象

○特別支援学校に在籍している幼児児童生徒

特別支援学校においては、小・中学校等と同様の各教科等に加えて、特に自立活動の領域を設定し、それらを指導することによって、幼児児童生徒の人間として調和のとれた育成を目指しています。つまり、教育課程に自立活動を取り入れる必要があります。

○特別支援学級に在籍している児童生徒

特別支援学級においても、障害のある児童生徒が在籍しているため、各教科等を下学年の目標や内容に替えたり、特別支援学校の教育課程を取り入れたたりすることができます。そのような特別の教育課程を編成する場合には、自立活動を取り入れる必要があります。

○通級による指導を受けている児童生徒

通級による指導においても、障害のある児童生徒が対象となるため、各教科等と効果的に関連させて自立活動を取り入れる必要があります。

特に必要があるときは、障害の状態に応じて各教科の内容を取り扱いながら指導を行うことも可能ですが、単に各教科の学習の遅れを取り戻すための指導など、通級による指導とは異なる目的で指導を行うことがないよう留意する必要があります。

3 自立活動の目標

自立活動の目標は、「個々の児童生徒が自立を目指し、①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②調和的発達の基盤を培うこと」と示されています。（特別支援学校小学部・中学部学習指導要領）

上記の①「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」とは、幼児児童生徒の実態に応じ、日常生活や学習活動等の諸活動において、その障害によって生じるつまずきや困難を軽減しようとしたり、また、障害があることを受容したり、つまずきや困難の解消のために努めたりすることです。

上記の②「調和的発達の基盤を培う」とは、一人一人の幼児児童生徒の発達の遅れや不均衡を改善したり、発達の進んでいる側面をさらに伸ばすことによって遅れている側面の発達を促すようにしたりして、全人的な発達を促進することを意図しています。

ここでの「自立」とは、幼児児童生徒がそれぞれの障害の状態や発達段階に応じて、主体的に自己の力を可能な限り発揮し、よりよく生きていこうとすることを意味しています。

4 自立活動の授業時数

授業時数は、個々の幼児児童生徒の実態に応じて、適切に定めるものとされています。

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ますが、各教科等の指導の中でも、自立活動の指導と密接に関連付けて行う必要があります。個別指導の形態で行われることが多いですが、指導目標（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あります。

5 自立活動の内容

自立活動の内容は、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・克服するために必要な要素です。その内容については、幼児児童生徒の個々の障害の状態や発達段階に応じた課題に対応できるよう、また、障害の重度・重複化、多様化に対応し、適切かつ効果的な指導を進めるために、6つの区分で示してあります。

自立活動の 6 区分 27 項目（※ 傍線部は新しく追加された部分）

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。 (2) 病気の状態の理解と生活管理に関する こと。 (3) 身体各部の状態の理解と養護に関する こと。 (4) <u>障害の特性の理解と生活環境の調整に 関すること。</u> (5) 健康状態の維持・改善に関する こと。	2 心理的な安定 (1) 情緒の安定に関する こと。 (2) 状況の理解と変化への対応に関する こと。 (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。
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。 (2) 他者の意図や感情の理解に関する こと。 (3) 自己の理解と行動の調整に関する こと。 (4) 集団への参加の基礎に関する こと。	4 環境の把握 (1) 保有する感覚の活用に関する こと。 (2) 感覚や認知の特性<u>についての理解と</u>対応に 関すること。 (3) 感覚の補助及び代行手段の活用に関する こと。 (4) 感覚を総合的に活用した周囲の状況について の把握<u>と状況に応じた行動</u>に関する こと。 (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。
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。 (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。 (3) 日常生活に必要な基本動作に関する こと。 (4) 身体の移動能力に関する こと。 (5) 作業に必要な動作と円滑な遂行に関する こと。	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。 (2) 言語の受容と表出に関する こと。 (3) 言語の形成と活用に関する こと。 (4) コミュニケーション手段の選択と活用に関 する こと。 (5) 状況に応じたコミュニケーションに関する こと。

自立活動の内容は、各教科等のようにそのすべてを取り扱うものではなく、個々の
幼児児童生徒の実態に応じて必要な項目を選定して取り扱います。

具体的な自立活動の指導内容（例 自立活動編より抜粋）

区分	具体的な指導内容（例 自立活動編より抜粋）
健康の保持	・生活のリズムの習得（体温の調節、覚醒と睡眠など） ・生活習慣の形成（食事、排泄など） ・健康な生活環境の形成（衣服の調整、室温の調整、換気、清潔の保持など） ・病気の理解と自己管理（病気の予防、服薬の管理など） ・障害の理解、自己の行動や感情の調整 ・健康の自己管理（適度な運動、体調のコントロールなど）
心理的な安定	・情緒のコントロール ・変化する状況への理解と対応 ・障害の理解、障害を改善・克服しようとする意欲の向上
人間関係の形成	・他者との気持ちの共有と信頼関係の形成 ・他者の意図や感情の理解と場に応じた行動 ・自分の得意不得意の理解 ・集団活動への参加 ・手順やきまりの理解
環境の把握	・保有する感覚（視覚、聴覚、触覚、嗅覚、固有覚、前庭覚など）の活用 ・感覚の過敏さや認知の偏りの理解 ・他の感覚や機器での代行 ・周囲の状況の把握 ・音や視覚など体験的な活動での概念の形成
身体の動き	・姿勢保持（臥位、座位、立位など）、運動と動作（上肢・下肢など） ・補助用具等の補助的手段の活用 ・基本的動作の習得（食事、排泄、衣服の着脱、洗面、入浴等の身辺処理） （書字、描画等の学習のための動作） ・自力での身体移動や歩行（歩行器、車いすなど） ・手指の巧緻性や持続性、作業を円滑に遂行する能力の向上
コミュニケーション	・コミュニケーションの基礎的能力の習得（表情、身振り、機器の活用など） ・相手の意図を受け止め、自分の考えを伝える ・体験等から言語の概念の形成を図る ・コミュニケーション手段（話し言葉、各種文字・記号、機器等）の選択と活用 ・場や状況に応じたコミュニケーションの展開

※ 上記はあくまでも例であり、指導内容は、幼児児童生徒の困難や障害の状態に応じて、他の項目とも関連付けて設定するようにします。

6 具体的な指導内容の設定

具体的な指導内容を設定するときは、次の6点を考慮することが大切です。

1 主体的に取り組む指導内容

- (1) 児童生徒にとって解決可能で、取り組みやすい指導内容にします。

容易すぎても進歩は望めないし、難しすぎても意欲を喪失させてしまいます。

- (2) 児童生徒が興味・関心をもって取り組めるような指導内容にします。

指導の段階を細分化する、興味を引くような教材・教具を準備する、賞賛や激励を適宜行うなどの動機付けから始めて、主体性や意欲を高めます。

- (3) 児童生徒が、目標を自覚し、意欲的に取り組んだことが成功に結び付いたということを実感できる指導内容にします。

自己評価ができるように課題を細分化し、達成度を分かりやすくすることが大切です。また、わずかな進歩でも褒めたり励ましたりします。

2 改善・克服の意欲を喚起する指導内容

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、その意欲を喚起できるようにすることを大切にします。そのためには、座学によって育てるだけではなく、実際の経験等の具体的な学習活動を通して指導します。

3 発達の進んでいる側面を更に伸ばすような指導内容

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設定します。それにより、児童生徒が自信をもって活動や学習に取り組むなど、遅れている面の伸長や改善に有効に作用することもあります。

4 自ら環境を整える指導内容

環境を整えるとは、例えば、自閉症のある児童生徒が不快な環境を避けるために場所を移動したり、移動することを周囲の人に伝えたりすることです。このように、自分で環境調整を行う場合と周囲の人に依頼してやってもらう場合が考えられます。まずは、児童生徒自身が環境に働きかけられるような力をはぐくむことを大切にし、段階的に指導していきます。

5 自己選択・自己決定を促す指導内容

児童生徒が指導目標を自覚し、方法を自分で選んだり、物事を決定して実行したりすることは、学びを深め、確実な習得を図ることにつながります。例えば、病気のある児童生徒であれば、自分の病気の状況を自覚し、今の状況で何ができるか、どの程度できるかを的確に判断する力を身に付けられるよう指導することが大切です。

6 自立活動を学ぶことの意義について考えさせるような指導内容

自立活動の学習が、将来の自立や社会参加にどのように結び付いていくのか、児童生徒が自分でその関係を理解して、学習に取り組むことができるように指導内容を取り上げていく必要があります。

7 自立活動と個別の指導計画の作成

自立活動の指導をするに当たって、**個別の指導計画**を作成し、それに基づいて自立活動の指導をします。

8 自立活動と個別の教育支援計画の作成

自立活動の指導をするに当たって、**個別の教育支援計画**を作成することとなっています。学習指導要領（特別支援学校学習要領・学習指導要領解説 自立活動編 第7章）においても、「自立活動の指導の成果が進学先・就学先等でも生かされるように、個別の教育支援計画等を活用して関係機関等との連携を図るものとする。」と示されています。

このように、自立活動の授業があることで、障害がある幼児児童生徒が自分の苦手な部分を補ったり、得意な部分を伸ばしたりすることができ、自立し社会参加する力をつけられるようになります。幼児児童生徒にどのような姿になってほしいかを想定し、その将来の姿に近づけるよう、一人一人に合わせた指導を進められるようにしましょう。

参考文献

『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）』文部科学省

『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』文部科学省

『特別支援教育の基礎・基本』独立行政法人 国立特別支援教育総合研究所 ジアース教育新社