

自立活動実態把握チェックシート

記入者:	実施日	年	月	日
クラス:	部	ブロック	年	組

令和7年度版

児童生徒名	イニシャル

チェックシートの活用の仕方

ねらい:子どもを視る目の視野を広げる。

子どもの実態把握や共通理解をする材料として活用する。

細かい項目で子どもを見直すことで、子どもの行動の「なぜ」にせまる。

個別の指導計画様式2の実態把握に利用する。

やり方:個々で記入する。

子どもの実態にあてはまる項目に○(まる)を入れる。

実態に合わない項目(課題にならない項目)は空白にする(飛ばし読みで大丈夫です)。

実態にあてはまるかどうか分からない項目に△(さんかく)を入れる。

(△を入れた項目については、実態把握を行って、当てはまるなら○を入れ直す)

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

＜覚醒と睡眠＞

①授業中ずっと眠っている									
②週明けや週末、行事や外の活動などの翌日に活気がない									
③目を覚ましはするが、覚醒レベルが低い									

＜健康状態の把握＞

①何となく元気がない									
②体調を崩しやすい									
③体温が高い、または低い									
④泣くことが多い									
⑤食欲がない									
⑥排尿の回数や量がその日によって違う									

＜体温の調整＞

①体温が外気温に左右されやすい									
②熱がこもりやすい									
③低体温である									
④気温や室温に応じた衣服の調節ができない									
⑤暑いときに自分から水分をとろうとしない									
⑥発熱したり風邪をひいたりしやすい									
⑦手足が冷たい									
⑧極端に暑がったり、寒がったりする									
⑨汗をかきにくい									

＜呼吸・排痰＞

①SpO ₂ が95%以下のときが多い									
②呼吸状態が不安定(肩呼吸、鼻翼呼吸、陥没呼吸など)である									
③顔色や唇、爪が白くなる、または紫色(チアノーゼ)になることがある									
④息を吸うときにゲーゲー、ガーガーなどの音がある(気道が狭い)									
⑤ゼコゼコ、ゴロゴロなど痰をからませた呼吸をする(分泌物が多い)									
⑥ヒューヒューなど喘息様の音がある									
⑦呼吸が浅い									

＜食事＞

①口の周りを触られることを嫌がる(口の周囲が過敏である)									
②食べ物を口の中に入れられることを嫌がる									
③いつも(食事中も)口が開いている									
④口から食べる経験が少ない									
⑤口を上手く開けることができない									
⑥食事中によくむせる									
⑦食後むせたり、嘔吐したりすることがある									
⑧食事中に突っ張って食事ができない									
⑨食事中30分程度経過すると、うとうとしてしまうことがある									
⑩自分から食べようとしない									
⑪食べる意欲がない、または低い									
⑫食べ物を摂り込む際に、口を大きく開けすぎてしまう									
⑬食べ物を摂り込む際に、口唇を閉じることができない									
⑭食べ物を食べる際に、口を大きく開けたまま閉じない									
⑮かじり取りができない									
⑯スプーンを噛みすぎて離すことができない									
⑰食べ物を処理する際に舌が出ている									
⑱咀嚼中に舌の動きが少ない									
⑲咀嚼が上手くできない									
⑳嚥下が上手くできない									
㉑水分を上手く飲めない									
㉒嚥まずに飲み込んでしまう									
㉓口の中に食べ物をためてしまう									
㉔一度に口にたくさん入れてしまう									
㉕食事のマナーを守ることができない(姿勢、手づかみ、食べこぼし、離席など)									

②作業のときに姿勢が崩れても気付かない										
＜養護方法の習得＞										
①自分で身体各部を養護することができない										
＜症状の進行防止＞										
①脊柱側彎などの変形や拘縮などがある										
②同じ方向に姿勢が傾いている										
③褥そうがある										
④自力で姿勢変換ができない										
⑤脱臼・亜脱臼している										
⑥脚長差がある										
⑦切断している										
(4)障害の特性の理解と生活環境の調整に関すること										
＜障害の特性の理解＞										
①何となく、学習に集中できない										
②イライラする原因が分かっていない										
③話そうとするが上手く話せない										
④自分の苦手なことの理由が分かっていない										
⑤自分の上手いかないけないところを、周りのせいにする										
＜環境の調整＞										
①友達と上手いかないけないが、どうしたら良いか分からない										
②苦手なことは分かっているが、どうしたら良いか分からない										
(5)健康状態の維持・改善に関すること										
＜病気の予防＞										
①健康状態を明確に訴えることが、困難である										
②外気や日光などの外界からの刺激を受ける機会が少ない										
③抵抗力が弱く、風邪をひきやすい										
④皮膚感染症にかかりやすい										
⑤血行が悪く、しもやけになりやすい										
⑥よだれ、鼻水、尿、便の後始末が難しいため不潔になり皮膚がただれやすい										
⑦尿路感染症になりやすい										
⑧虫歯、歯肉炎、歯周病などになりやすい										
⑨運動制限の範囲を超えてしまい、病気が悪化してしまう										
＜体力の維持＞										
①運動量が少ない										
②体力がなく、疲れやすい										
＜食の管理＞										
①肥満、または痩せている										
②必要以上に食べ過ぎる(過食)、食べる量が極端に少ない(少食)										
③間食をすることで、食事時間がずれたり食事量が少なかったりする										
④食欲不振である										
⑤自分から食べない(拒食)										
⑥好き嫌いが激しい(偏食)										
⑦食べ物以外のものを食べる(異食)										
⑧水分を取りたがらない										
＜生活環境の整備＞										
①室温などの変化に対して対処できない										
②暗い中で本を読んだり、パソコン操作やテレビ視聴をする										
③周りの状況や、足元に何があるか確かめることなく歩き回る										
④動きが活発でけがをしやすい										
⑤異物を耳や鼻、目に入れる										
⑥危ないということが理解できない										

2 心理的な安定

(1) 情緒の安定に関すること

〈情緒のめばえ〉

① 反応が乏しく、表情の変化が表れにくい

② 快・不快感を表わすことができるが、表現方法が限られている

〈気持ちの安定〉

① 感情の起伏が激しい

② 自分の思い通りにいかなかったり興奮したりすると、自分では落ち着くことができず、泣き叫んだりかんしゃくを起こしたりする

③ 気持ちが安定しない(奇声、リフレイン、常同行動など)ことがある

④ 自傷行為、または他傷行為がある

⑤ 手順ややり方にこだわりがある

⑥ いらいらしたときに、自分勝手に教室から出てしまう

⑦ 動き回って、活動に参加することができない

⑧ 特定の物に固執しており、それがないと落ち着かない

〈安心して活動に取り組む〉

① 経験したことのない活動を怖がり、強い抵抗を示す

② 失敗経験のある活動に自信をなくし、取り組もうとしない

(2) 状況の理解と変化への対応に関すること

〈状況の理解〉

① 動き回って、学習に集中できない

② 初めての活動に参加しにくい

③ 自分の思い通りにならないとかんしゃくをおこす

④ 場面に関係のないことを言う

⑤ 周りの状況が変わったことに気付かない

〈状況の変化への対応〉

① 日時、場所、スケジュールなどが変わると不安定になる

② 物事を行う手順やそのやり方にこだわりがあり、その通りでないと落ち着かない

③ 人前に出ると、緊張が高まったり、言葉が出にくかったりする

④ 人前に出ると、身体に余分な力が入る

(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

〈改善・克服への取り組み〉

① 受身的で自分から行動することが少ない

② できることも人にすぐ頼んでしまう

③ 他人の目や評価を過剰に気にする

④ 自分の能力を過小評価する

⑤ 投げやりな様子があるなど、学習に積極的に取り組もうとしない

⑥ 進路や将来の生き方について悩んでいる

⑦ 自分の障害のことをよく理解せず、誤解している

⑧ 自分の障害のことを過度に気にして、消極的になりがちである

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

〈人への関心〉

① 呼名や呼びかけに対して、ほとんど表情の変化が見られない

② 誰に対しても反応が同じである

③ 特定の人への甘えが見られない

④ 好きな物には興味を示すが、人にはあまり興味を示さない

⑤ 特定の大人以外とのかかわりを嫌がる

⑥ 大人とのかかわりはもてるが、子ども同士のかかわりはほとんど見られない

〈注意の共有〉

① なかなか目が合いにくい

② 働きかけても反応が弱くこちらを向いてくれない

③ 相手の指した物や方向を見れない

④ 相手の指示や要求に気付きにくい

(2) 他者の意図や感情の理解に関すること

<感情の理解>

- | | | | | | | | | | |
|-----------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| ①自分の気持ちが表現できない | | | | | | | | | |
| ②友だちとのトラブルが多い | | | | | | | | | |
| ③授業の感想を聞いても「楽しかった」「うれしかった」としか話さない | | | | | | | | | |
| ④同じ話題を何度も繰り返して話し続ける | | | | | | | | | |

<感情の読み取り>

- | | | | | | | | | | |
|---------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| ①注意されても笑っている | | | | | | | | | |
| ②他人の表情から感情を理解することが難しい | | | | | | | | | |
| ③相手の意見を聞かずに自分の意見ばかりを言い続ける | | | | | | | | | |

(3) 自己の理解と行動の調整に関すること

<自己認識>

- | | | | | | | | | | |
|----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| ①「何もできない」と言って、しない | | | | | | | | | |
| ②自分のことについて話すことが苦手である | | | | | | | | | |
| ③自己評価が低すぎる、または高すぎる | | | | | | | | | |
| ④できないことをできると言ったり、しようとしたりする | | | | | | | | | |
| ⑤失敗を怖がって未経験な活動に取り組むことができない | | | | | | | | | |
| ⑥一度失敗したことに再び取り組もうとしない | | | | | | | | | |
| ⑦友だちの失敗や悪い点ばかりを指摘している | | | | | | | | | |

<行動の調整>

- | | | | | | | | | | |
|------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| ①力の加減をつけられない | | | | | | | | | |
| ②大人や友達とかかわろうとするが、かかわり方が適切でない | | | | | | | | | |
| ③「待ってね」「後でね」と言われても、自分のしたいことを我慢できない | | | | | | | | | |
| ④細かいことにこだわりすぎる | | | | | | | | | |
| ⑤場面に関係のない話をする | | | | | | | | | |
| ⑥気持ちの切り替えができない | | | | | | | | | |
| ⑦要求がかなわず、いらいらしてしまったときに人にあたってしまう | | | | | | | | | |

(4) 集団への参加の基礎に関すること

<集団活動への参加>

- | | | | | | | | | | |
|----------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| ①集団の中に入りたがらない、すぐに出ようとする | | | | | | | | | |
| ②集団の活動になると不安定になったり、泣いたり大声を出したりする | | | | | | | | | |
| ③自分がいるべき場所、集団や仲間が分からない | | | | | | | | | |
| ④集団に入っても誰ともかかわらない | | | | | | | | | |
| ⑤集団の中でトラブルを起こしやすい | | | | | | | | | |

<集団に参加するための手順やきまりの理解>

- | | | | | | | | | | |
|------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| ①集団のルールを守ることができない | | | | | | | | | |
| ②ルールを守って遊ぶことができない | | | | | | | | | |
| ③公共の場所でマナーを守ることができない | | | | | | | | | |
| ④集団での活動時に場を離れるなど、勝手なことをしてしまう | | | | | | | | | |

4 環境の把握

(1) 保有する感覚の活用に関すること

<触覚>

- | | | | | | | | | | |
|--------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| ①触覚刺激を受けても反応が見られない | | | | | | | | | |
| ②身体(顔や髪の毛)に触れられることや、手を繋ぐことを嫌がる | | | | | | | | | |
| ③過度に好き、または嫌いな感触がある | | | | | | | | | |
| ④靴下、手袋、マフラー、帽子などをつけたがらない | | | | | | | | | |

<前庭覚>

- | | | | | | | | | | |
|----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| ①姿勢変換を極端に嫌がる | | | | | | | | | |
| ②高所や不安定な場所を嫌がる | | | | | | | | | |
| ③揺れや回転の刺激を受けても、あまり反応が見られない | | | | | | | | | |
| ④大きい揺れや激しい回転を好み、いつまでも要求する | | | | | | | | | |
| ⑤乗り物に酔いやすい | | | | | | | | | |

<固有覚>

- | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| ①目で確認しないと「手を真横に挙げなさい」などの指示に正確に応えられない | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

[illegible][illegible][illegible]

①特定の音(楽器、ホイッスル、スピーカーの音、掃除機の音など)に耳をふさいだり泣いたりして、不快感を訴える									
②普通の高さや大きさの声で話しかけられても驚く									
③体育館など音の響く場所に入りたがらない									
④普段の生活の中でいつも耳をふさいでいる									

[illegible][illegible][illegible][illegible][illegible]

[illegible]

(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

<触知覚>

① 色々な物を触っても同じような反応を示す

② 物を触って、感触、形、大きさなどの違いを弁別することができない

③ 温度の異なる水や湯を触ってその温度の違いが確認できない

<視知覚>

① 色々な物の形状を見て、それらの違いを弁別することができない

② 2種類の物の視覚的特徴を見比べて、その違いを弁別することができない

③ 数種類の物の視覚的特徴を見比べて、その違いを弁別することができない

④ 色や模様の違いを弁別することができない

⑤ 同じ形で大きさが違う物の大きさの違いを弁別することができない

<視覚による記憶>

① 目の前で隠された物を探し出すことができない

② 見た物をしばらくの間覚えていないことができない

<聴知覚>

① 音には反応するが、音源の方を振り向くことができない

② 音を聞き分けることができない

③ 音に対する反応はあるが、音や音楽を意識して身体を動かすことは難しい

④ ざわざわしている中で相手の話に集中できない

⑤ 関係のない周囲の音に注意が向きがちである

<聴覚による記憶>

① 直前に聴いた音や言葉を一時的に覚えていることができない

② 短い単語などを正しく復唱できない

<空間(位置)把握>

① 「片手を前、もう片手を上に出す」などの動きを模倣できない

② 「前に進む」「左に動く」などの指示どおりに動くことが難しい

③ 給食の片付けのときに、お盆などを同じ向きに重ねられない

④ 並べて提示されたものの中から、向きの違うものを探すことができない

<時間の把握>

① 時間の長さがわからない

② 終了時刻になっても、いつまでも活動が続けている

<恒常性の知覚>

① 向きが変わると、同じ形であるか分らない

<図-地の弁別>

① 絵本の中から、特定の絵だけを探すことが難しい

② 塗り絵をするときに、枠からはみ出してしまう

③ 簡単な地図の中から、教師が指示したところを見つけることが難しい

<全体-部分関係の知覚>

① 分割された形を合成したり、絵を構成したりすることができない

② 絵の一部分を見ても、何の絵であるか分らない

<分類>

① 色々な物を弁別することはできるが、仲間ごとに集めることができない

② 給食の片付けのときに、食器を分けて置くことが難しい

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

<原始姿勢反射>

① 腹臥位になると、腕を胸あたりに引き込んで尻が突き出たようになる

② 頭の向きによって手足が動き、左右非対称の姿勢が多い

<不適切な筋緊張>

① 筋緊張が強い、または低い

② 反りが強い

③ 関節拘縮がある

④ 脊柱側彎がある

⑤ 下肢が内転、内旋している

⑥ 背と腰が一緒に動き、体幹が曲がりにくい

⑦ 良い姿勢で座っていられない

⑧頭部が左右の一方だけを向く										
⑨肩を内側に入れている(前に出ている)										
⑩膝が過伸展である										
⑪立ったときに尻が出ている										
⑫立ったときにつま先立ちである										
＜頭部の動き＞										
①定頭ができていない										
②背臥位や腹臥位で頭部の動きが少ない										
③座位で頭部の動きが少ない										
＜腹臥位＞										
①腹臥位がとれない										
②肘立て腹臥位がとれない										
③腕立て腹臥位がとれない										
＜座位＞										
①座位がとれない、またはとつてもすぐに倒れてしまう										
②座位はとれるが、良い姿勢で座れない										
③座位はとれるが、手を伸ばして物を取ることができない										
④車椅子で座り直すことができない										
＜四つ這い位＞										
①四つ這い位ができない、またはとつてもすぐに倒れてしまう										
②四つ這い移動ができない										
③両手と両足を同時に引きつけるように移動する										
＜膝立ち位＞										
①膝立ち位ができない、またはとつてもすぐに倒れてしまう										
②膝立ち位はとれるが手を伸ばして物を取ることができない										
＜立位＞										
①立位がとれない、またはとつてもすぐに倒れてしまう										
②つかまり立ちはできるが、自分で立位はとれない										
＜姿勢変換＞										
①背臥位⇄座位ができない										
②腹臥位⇄座位ができない										
③座位⇄立位ができない										
＜上肢・手指の動き＞										
①上肢の動きがぎこちない										
②手指の動きがぎこちない										
(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										
＜臥位のための補助具の活用＞										
①腹臥位を上手く保つことが難しい										
②呼吸が安定した背臥位がとれない										
③背臥位での姿勢が崩れてしまう(下肢の位置など)										
④側臥位を上手く保つことが難しい										
＜座位のための補助具の活用＞										
①自分で座位を保持できない										
②座位はとれるが、すぐにバランスを崩して倒れることが多い										
③座位はとれるが、姿勢が崩れやすい										
＜立位のための補助具の活用＞										
①自分で立位を保持できない										
②立位はとれるが、すぐにバランスを崩して倒れることが多い										
③立位はとれるが膝や股関節が曲がってしまう										
④立位はとれるが踵がつかない										
＜食事のための補助具の活用＞										
①スプーンから上唇で容易に取り込めず、食べ物が残る										
②一口量が多くむせる										
③スプーンを嚙む										
④スプーンを口の奥まで入れてしまう										
⑤上手に握ったりすくったり、口に運んだりするスプーンの操作が難しい										

⑥箸を使って上手く食べることが難しい									
⑦食器から食べ物をすくうことが難しい									
⑧食器をしっかり押さえることが難しい									
⑨コップを握ることが難しい									

＜排泄のための補助具の活用＞

①座位のバランスが不十分で排泄するのが難しい									
------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

＜衣服の着脱のための補助具の活用＞

①握る力が弱くてボタンの留め外しが難しい									
②ファスナーの上げ下げが難しい									
③靴下を履くのが難しい									
④靴を履くのが難しい									

(3)日常生活に必要な基本動作に関すること

＜食事動作＞

①食べ物に手を伸ばすことはできるが、食具を使って食べることができない									
②スプーンやフォークで食べようとすると食べこぼしが多い									
③スプーンやフォークで食べようとすると、握る力や手の動きの調節が難しく、上手くすくったり刺したりできない									
④スプーンやフォークは使えるが、箸を使って食べることができない									

＜排泄動作＞

①洋式便器に一人で座って、排泄することができない									
②排泄時に、ズボンやパンツの上げ下げができない									
③ズボンやパンツを全部下ろし、お尻を出して排尿する(男性)									
④立って排尿できない(男性)									
⑤排泄後、紙で汚れを拭くことができない									
⑥レバーを動かしたりボタンを押したりして水を流すことができない									

＜更衣動作＞

①上着(シャツなど)を着脱することができない									
②ズボンの着脱が難しい									
③服の前後を間違える									
④靴下や靴の着脱ができない									
⑤ボタンの留め外しができない									
⑥ファスナーの上げ下げができない									

＜入浴動作＞

①身体を上手く洗えない									
②髪を上手く洗えない									

＜手洗い・洗面動作＞

①手を上手く洗うことができない									
②タオルで拭く習慣が身についていない									
③洗顔が上手くできない									

＜歯磨き動作＞

①歯ブラシを歯に当てることができない									
②歯ブラシで上手く歯を磨くことができない									
③うがいができない									

＜書字・描画動作＞

①書字や描画が上手くできない									
②目と手の協応動作が上手くできない									
③筆記用具を握ることはできるが、コントロールが難しい									
④図形や文字を書く、なぞるができない									
⑤筆圧が弱い、または強い									

(4)身体の変位能力に関すること

＜寝返り＞

①背臥位から側臥位になることができない									
②側臥位から腹臥位になることができない									
③腹臥位から背臥位になることができない									

＜這っての移動＞

①腹臥位で動くことができない									
----------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

①ひもやビーズ通しができない									
②ひも(靴紐も)を結ぶことができない									
＜下肢を使った諸動作＞									
①腰をかがめて物をとることができない									
②しゃがんだまま(中腰)で作業ができない									
③車椅子の足台に足を乗せることができない									
④靴に足を入れることができない									
⑤足で押すボタンやペダルが踏めない									
⑥ボールを蹴ることができない									
⑦自転車のペダルがこげない									

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

＜表情などの表出＞

①刺激に対する反応が乏しい									
②表情の変化に乏しい									
③特定の刺激(好きな人やおもちゃなど)には、何らかの表情やしぐさを表す									
④要求を伝える手段が限定されている(泣く、怒るなど)									

＜要求＞

①困ったときに助けを求めずに諦めてしまう									
②自分から手を伸ばしたり、声を出したりしてかわりを求めない									

＜身振り、手振り＞

①簡単な身振り、サインをして見せても、それに応じようとしない									
②自分がして欲しいことや欲しいものを伝えられない									

＜指さし＞

①相手が指さしをした物やその方向を見ようとしない									
②欲しい物や行きたい場所を指さしたりしない									

＜模倣＞

①簡単な動きでも模倣をすることがない									
②簡単な動きを部分的に模倣しようとする									
③不正確な模倣になることが多い									

＜相互関係＞

①話しかけたり、笑いかけたりしても応じることが少ない									
②目が合わない									
③周囲の様子の変化などに関心がない									
④教師の働きかけの意図を感じ取ることが難しい									

(2)言語の受容と表出に関すること

＜意思の表出＞

①「はい」「いいえ」や「イヤ」の意思を表すことができない									
②クレーンなど何らかの要求行動をするが、伝わりにくい									

＜言葉の理解＞

①名前を呼ばれても返事をしない									
②「○○さん」と尋ねたとき、注視や指さしができない									
③身近な物の名称を言われてもそれを見たり、手に取ったりしない									
④自分の身体部位の名称がわからない									
⑤簡単な言葉(ください、いいよ、どうぞ、だめなど)での指示がわからない									
⑥「おしまい」「おわり」と言われてもその活動をやめない									

＜発声＞

①声を出そうとするが、声にならない									
-------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

＜呼吸の調整＞

①話そうとはするが、首や肩、体幹、背に強い筋緊張があり声を上手く出せない									
②呼吸が浅いために小声で一気に話してしまう									
③話そうとすると肩を上げたり、顔を前に突き出したりする									
④思ったように息を止めたり、出したりできない									
⑤呼気と吸気の調整が上手くできない									

[illegible]

①発音がはっきりしない									
②喃語のような発声はある									
③母音、または子音がはっきりしない									
④単語の一部が抜けている									
⑤単語の一部の音を置き換えている									
⑥単語に別な音を加えて発音している									

[illegible]

①知っている言葉が少ない									
②話す単語の数が少ない									

[illegible]

①物を選択することができない									
②絵カードを選択することができない									
③言葉や文字のみでは理解できない									
④絵カードを限定された場面でしか使えない									

[illegible][illegible][illegible][illegible]