

# 自立活動だより

紀北支援学校自立活動部 平成 27 年 5 月号



自立活動って何  
のです？

今年度第1号の自立活動だよりは、「自立活動」について簡単に説明したいと思います。

## 1 自立活動とは…

特別支援学校の教育課程に特別に設けられた**障害に対応した指導領域**です。

小学校や中学校では、主に生活年齢に即して系統的・段階的に教育が進められていますが、障害のある子どもたちの場合は、その障害によって、学習場面や日常生活において様々なつまずきや困難が生じます。なので、生活年齢に即して教育するだけでは十分とは言えません。子どもたちの個々の障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服するための指導が必要となります。それが「自立活動」です。

自立活動は、**特別支援学校の教育課程上重要な位置を占める領域**と言えます。

## 2 「自立活動」の目標（学習指導要領から）

「個々の幼児児童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を基盤を培う」ことです。

## 3 自立活動の特色

### ①まず、子どもをよく知ること(的確な実態把握)からスタートします。

**自立活動の取組は実態把握から**始まります。子どもに関する様々な情報を収集し、分析して、的確な実態把握をすることが不可欠となります。

### ②指導目標や指導内容は、一人ひとりの実態に合わせて適切に設定します。

**個別の指導計画**という、一人ひとりの目標や指導内容、指導方法等を具体的に示したものを作成し、それに基づいて指導します。

### ③個々の障害による日常生活や学習場面での困難さに焦点を当てています。

これは**自立活動の指導を中心**として行われます。

### ④個別指導を基本とします。

**自立活動の時間の指導は個別指導が基本**です。集団で行うことが目標を達成する上で効果的な場合は、集団で指導を行うこともありますが、必ず個に応じた指導を充実することが求められます。

## 4 「自立活動」の内容

### ①健康の保持

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・改善を図ることがねらいです。

例えば、体温調節や覚醒睡眠リズム、食事や排泄といった生活習慣を獲得したり、自分の病気や身体の状態を理解したり、健康面を自己管理できるようになることなどを学習します。



### ②心理的な安定

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したり、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ことがねらいです。

例えば、情緒の安定のための取組や場所・場面の状況や変化する状況を理解して、適切な対応ができるようになることなどを学習します。



### ③人間関係の形成

自分や他人をよく理解し、対人関係を円滑にし、集団参加の基礎を培うことがねらいです。

例えば、人に対する基本的な信頼感を持ち、人からの働きかけを受け止め、応ずることができるようにしたり、他者の意図や感情を理解したり、場に応じた適切な行動を取れるようになることなどを学習します。



### ④環境の把握

感覚を有効に活用し、空間や時間などの概念を手掛かりに、周囲の状況や環境と自分の関係を理解して的確に判断し、行動できることがねらいです。

例えば、持っている感覚を十分に活用できるようにする指導や感覚過敏や認知の偏り等が課題となる子どもへの指導も行われます。



### ⑤身体の動き

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なることがねらいです。

例えば、日常生活に必要な動作の基本となる姿勢保持や手足の動きの改善、関節拘縮や変形の予防、筋力の維持・強化を行ったり、必要な補助具を活用したり、歩行や歩行器、車いすを使った移動の練習、手の使い方などを学習します。



### ⑥コミュニケーション

場や相手に応じてコミュニケーションを円滑に行えるようになることがねらいです。

例えば、コミュニケーションの基礎的能力として、表情で表すことや身ぶりやサインの練習や発声の基礎となる呼吸の練習や発音の練習だけでなく、AAC（拡大代替コミュニケーション）を利用して意思を伝える学習や状況に応じたコミュニケーションの学習も行います。



6つの区分

## 5 紀北支援学校では

自立活動の指導は、教育活動全体を通して行われます。本校では自立活動の時間における指導（以下、時間の指導）を中心とし、各教科等の時間でも、時間の指導と密接に関連付けながら行っています。また、時間の指導の一つとして専門の担当者による抽出指導もあります。抽出指導は3セクション（§1：健康の保持・身体の動き §2：心理的な安定・環境の把握 §3：人間関係の形成・コミュニケーション）に分けて指導を行っています。詳しくは抽出指導だよりをご覧ください。