

自立活動だより

紀北支援学校自立活動部
平成30年5月発行

今年度がスタートしてもうすぐ2ヶ月。新しい環境に少しずつ慣れてきましたか？
新しく本校に入学・転入された児童生徒や保護者の皆さんの中には『自立活動ってなんだろう？』と思われる方も多いと思います。
今回はその『自立活動』について簡単にご説明します。

1. 自立活動とは？

特別支援学校や特別支援学級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・中学校では、児童生徒の生活年齢に即して系統的・段階的に教育の内容が配列され、順序立てて教育が進められていますが、障害のある児童生徒の場合は、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づきや困難が生じることから、小・中学校等の児童生徒と同じように、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。そこで、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だと言えます。

子どもが日常生活や学習場面で
困っていることを改善・克服す
るための学習です！！



2. 自立活動の目標（学習指導要領より抜粋）

「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のための基盤を培う」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。
自立活動の取組は子どもの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・分析し、的確な実態把握を行うことが重要です。
- 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。
- 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。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・睡眠のリズム、食事や排泄といった生活習慣の獲得や、自分の病気や身体の状態を理解すること、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、状況の変化等へ適切に対応できるようになることや、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。例えば情緒を安定するための取組や、場所・場面の变化などの状況を理解し、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



自分や他人を理解して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、人に対して基本的な信頼感を持ち、人からの働きかけを受け止め応じることや、他者の意図や感情を理解できるようになること、場に応じて適切な行動をとるようになることなどを学習します。

④ 環境の把握



自分が持つ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的確に判断、行動できるようになることがねらいです。例えば、自分が持つ感覚を十分に理解し、活用できるような指導や感覚過敏や認知の偏りへのアプローチ等を行います。

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身体全体のバランスへのアプローチ、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、必要な補助具の活用、歩行や歩行器、車いすの操作、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、また発声の基礎練習を行います。AAC（拡大代替コミュニケーション）を利用し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。視線入力装置での学習もこの中に含まれます。

本校の自立活動の指導は、教育活動全体を通して行われます。自立活動の時間における指導を中心とし、各教科等の時間も時間における指導と密接に関連づけながら行っています。また抽出指導だよりでお知らせした抽出指導も行っています。