

# 自立活動だより

紀北支援学校自立活動部  
令和元年5月発行

新しい年度が始まりましたね。  
桜の季節は過ぎ、若葉の緑がまぶしい季節になりました。  
今年度最初の自立活動だよりは元号が変わり『令和元年』からのスタートになります。  
新しく入学・転入された方や保護者の方の中には、時間割の中に『自立活動』という時間があり、「どんなことをするのか?」と思われる方がおられると思います。  
今年度最初の自立活動だよりは『自立活動』について簡単に説明をさせていただきます。

## 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。そのため、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になります。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るのです。

## 2. 自立活動の目標 (学習指導要領より抜粋)

学習指導要領では、自立活動の目標として以下のように定められています。

個々の児童又は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基盤を培う。

## 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。  
自立活動の取り組み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・分析して、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物を作成しそれに基づいて指導を行います。
- 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となります。集団で行うことが目標を達成する上で効果的な場合を除いては、必ず個に応じた指導の充実が求められます。

## 4. 自立活動の内容

<p>①健康の保持</p> <p>生命を維持し、日常生活を行うために必要な心身の健康状態の維持・改善を図ることがねらいです。 <u>例えば、体温調節や</u> <u>覚醒・睡眠のリズム、</u> <u>食事や排泄といった</u> <u>生活習慣の獲得や、</u> <u>自分の病気や身体の状態の</u> <u>理解、健康面を自己管理</u> <u>できるようになること</u> <u>などを学習します。</u></p> 	<p>②心理的な安定</p> <p>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。 <u>例えば、情緒を安定</u> <u>させるための取組や、</u> <u>場所・場面の变化など</u> <u>の状況を理解し、適切な</u> <u>対応ができるようになる</u> <u>ことなどを学習します。</u></p> 
<p>③人間関係の形成</p> <p>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。 <u>例えば、人に対して</u> <u>基本的な信頼感を持ち、</u> <u>人からの働きかけを</u> <u>受け止め応じることや、</u> <u>他者の意図や感情を</u> <u>理解できるようになる</u> <u>こと、場に応じて適切な</u> <u>行動をとるようになること</u> <u>などを学習します。</u></p> 	<p>④環境の把握</p> <p>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がかりに、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。 <u>例えば、自分の持つ</u> <u>感覚を十分に理解し、</u> <u>活用できるような</u> <u>指導や感覚過敏や</u> <u>認知の特性への</u> <u>アプローチ等</u> <u>を行います。</u></p> 
<p>⑤身体の動き</p> <p>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。 <u>例えば、日常生活に</u> <u>必要な動作の基本</u> <u>となる姿勢保持や</u> <u>身体全体のバランス</u> <u>へのアプローチ、</u> <u>手足の動きの改善、</u> <u>関節拘縮や変形の予防、</u> <u>筋力の維持・強化、</u> <u>必要な補助具の活用、</u> <u>歩行や歩行器、車いすの操作、</u> <u>手の使い方などを学習します。</u></p> 	<p>⑥コミュニケーション</p> <p>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。 <u>例えば、コミュニケーションの</u> <u>基礎的能力として、</u> <u>表情で表すことや</u> <u>身ぶりサインの練習、</u> <u>また発音の基礎練習</u> <u>などを行います。</u> <u>スイッチ機器や</u> <u>タブレットなど</u> <u>AAC (拡大代替コミュニケーション)</u> <u>を利用し意思を伝える学習や、</u> <u>状況に応じたコミュニケーションの</u> <u>学習も行います。</u></p> 

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、各教科の時間も自立活動の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ている抽出指導も行っています。  
わからないことがあれば、担任を通してご質問下さい。