

自立活動を基軸としたカリキュラム・マネジメントの取組から

## 「自立活動と個別の指導計画」

山口大学教育学部附属特別支援学校

中学部主事 宮本 剛

### 〇はじめに

本校は知的障害の特別支援学校であるが、現在、発達障害（ASDやADHD）を併せ有する児童生徒が多数在籍している。このことから、自立活動の指導の重要性をことさらに痛感しており、令和四年度から「育成すべき資質・能力を支える自立活動を基軸としたカリキュラムモデルの開発」を研究主題として実践研究に取り組んでいる。

この研究は、三年計画で、主な取組を、  
①自立活動の個別の指導計画の作成と活用、②自立活動の時間における指導の設定、③自立活動との関連による各教科等の授業づくりとし、これらの実践研究を行うことで、学校教育目標である「一人一人の思いや願いを大切にし、個性を生かしながら児童生徒の自立と社会参加を

めざす教育」を実現しようとするものである。

### 1 学校教育目標の分析

本研究を進めるにあたり、まず、本校児童生徒の実態から設定している学校教育目標の分析を行った。この学校教育目標は、主に4つの項目（①「興味関心を生かす」、②「自己肯定感を高める」、③「自主性・主体性を育てる」、④「社会性を

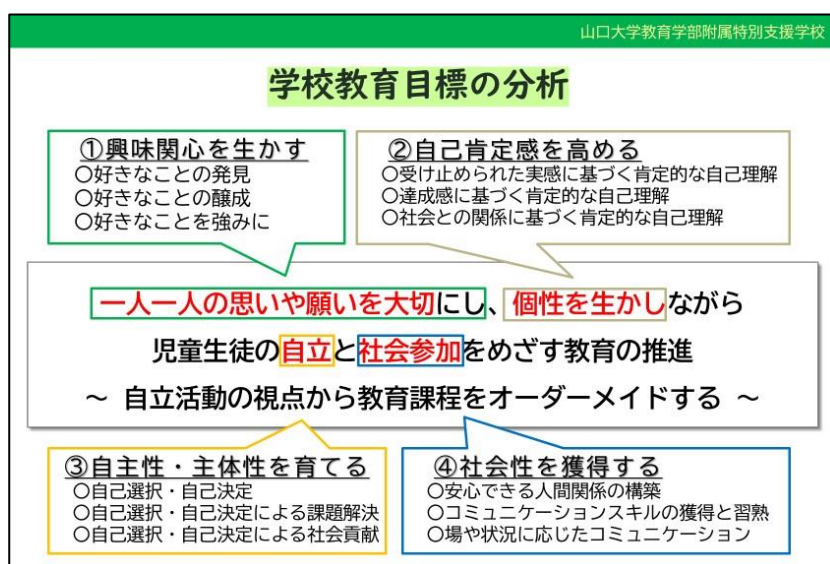


図1 学校教育目標の具現化に向けた分析

を獲得することから成っており、本校が自立活動の指導を改善・充実すること、この4つの目標を適切に支え、児童生徒の将来の自立と社会参加に向けた学びへとつなげることができると考えた。（図1）

### 2 「自立活動の個別の指導計画」の改訂

自立活動の指導では、本人の実態をどう把握し、何（指導内容）をどのように（手立て）指導するのか、そして、学校生活や各教科等の指導にどのように反映させていくのか、そしてその指導の妥当性をどう担保するのかということが課題である。これらを適切に設定できるようにするため、自立活動の個別の指導計画の様式の見直しと、立案方法の検討を行った。

この指導計画は、「実態把握表」と、「指導計画表」から成るもの（図2）で、学級担任団等が複数人で児童生徒の実態や指導のアイデアを検討し、作成するようになった。

特に自己肯定感の低さがある児童生徒にとっては、「強み」を生かし、伸長する指導が重要であると考え、それらを計画段階から明らかにし、中心課題へのアプ

自立活動の個別の指導計画 ■実態把握表	
◇ 実態把握（※学級担任、複数人で本人の実態を明らかにすること）	
1 気になる姿	} 6区分27項目 に記載、整理
2 見立て	
3 中心的な課題	
4 ストロングポイント（好き、得意、興味がある）	

自立活動の個別の指導計画 ■指導計画表	
◇ 教育支援計画との関連（○本人、保護者の願い ○長期目標）	
◇ 中心的な課題	
◇ 指導計画	
1 めざす姿（目標）	
2 指導内容（及び6区分27項目との関連）	
3 学習活動（指導場面）	・時間における指導で行うこと ・各教科等との関連で般化、高次化を図っていくこと ・学校生活全体で行うこと 等を記載
4 評価	

図2 「自立活動の個別の指導計画」改定

はす学指間の特活のしれの時「集団自立」の時間をもた、自立活動の指導した。それぞれ設定

の授業や学校生活全体との関連の中で、応用、高次化しながら般化につなげていくという教育課程の構造を学校全体で共通理解した。（図4）

4 「自立活動の時間における指導」の実際①「チャレンジタイム」（図5）

一人一人の得意なこと、好きなこと、やってみたいことなどの興味関心を中心にして学習活動を展開する「時間における

ローチとして、指導内容に反映していくような工夫を行った。

現段階では、「自立活動の時間における指導」の学校全体での共通設定とも相まって、児童生徒たちにとってポジティブな自立活動の指導内容や手立てが計画・実施されるようになり、有効なツールとして機能し始めている。今後は、この指導計画がより分かりやすく、使いやすきものになるように様式のブラッシュアップを図っていく。

3 「自立活動の時間における指導」の設定

「自立活動の個別の指導計画」の指導目標を達成するために、本校の児童生徒の実態に対応する「時間における指導」の検討、設定を行った。（図3）

学校教育目標の①「興味関心を生かす」や、②「自己肯定感を高める」、③「自主性・主体性を育てる」ことの土台作りのために、「チャレンジタイム」と「個別の課題学習」を、そして、教育目標の④「社会性を獲得する」基礎を培うために

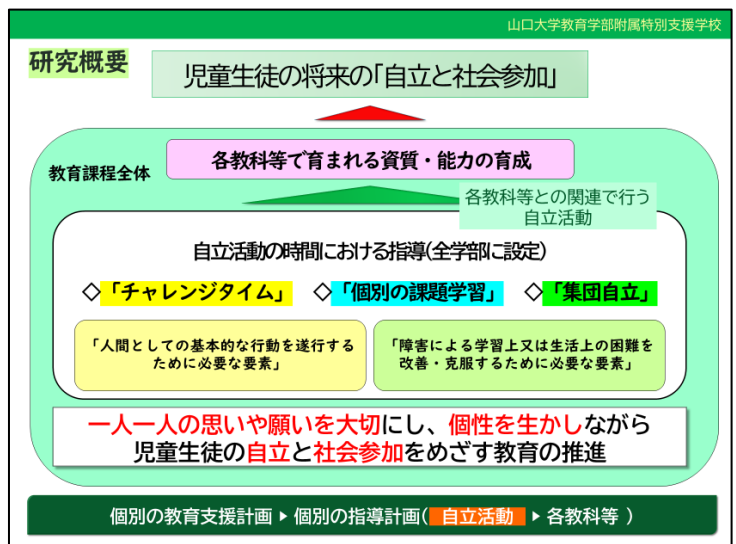


図3 自立活動の時間における指導の設定

01 「チャレンジタイム」構想

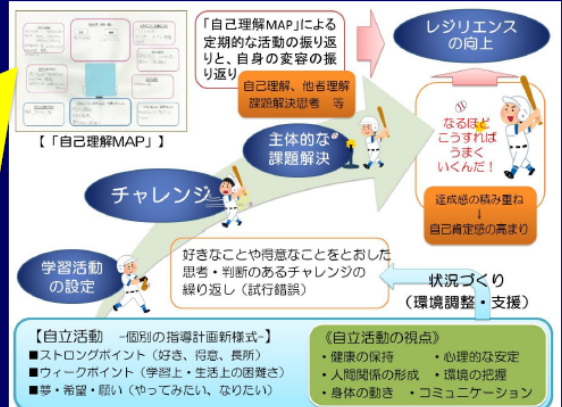
本校では、児童生徒が将来の「自立と社会参加」を実現するためには、学んだことや身につけたことを、自身の生活の中で「つかえる」ようになることが重要であると考えています。

しかし、発達障害のある児童生徒は、その特性から、周囲の理解が十分ではないと、自尊心を損なうような経験をしていることが少なくありません。このような経験が繰り返されると慢性的な不安感にさいなまれ、自己肯定感が低くなり、「何度も じっくりと 期待感をもって」物事に取り組むことが難しい状態に追い込まれてしまいます。このような状態では、学習で学んだことを生活の中で「つかえる」力にまで発展させていくことは難しいと思われま

そこで、令和2年度から、**自立活動の時間における指導のひとつ**として、「チャレンジタイム」の取組を開始し、児童生徒の自己肯定感を高めることにより、レジリエンスの向上を図る授業実践をブレ研究として進めています。

「自己理解MAP」とは？

教師と一緒に、本人の現在(今)の状況を共有するワークシート。チャレンジタイムの時間をおしてうまくいくようになったことや次の取組、目標を話し合う。本人のメタ認知や問題解決的な思考を高め、**ポジティブな「自己理解」**を図っていく。項目は、「将来の夢、希望、願い」、「チャレンジしたいこと」、「好き、得意」、「キラリ、苦手」など。



レジリエンスとは？ (最新 心理学辞典)

一般的に「復元力、回復力、弾力」などと訳される言葉で、近年は、「困難な状況にもかかわらず、しなやかに適応して回復する力」という心理学的な意味で使われるケースが増えています。このレジリエンスを高める要因は、「柔軟性」「統制力」「社交性」「行動力」という**資質的なレジリエンス要因**と、「問題解決志向」「自己理解」「他者心理の理解」という**獲得的なレジリエンス要因**が挙げられています。



「チャレンジタイム」の授業は、児童生徒一人一人の得意なこと、好きなこと、やってみようことなどの興味関心のあることを中心に、学習活動を展開します。児童生徒は、積極的な思考・判断を伴う「チャレンジ」を繰り返しながら、「こうすればうまくいった」「次はこうしてみよう」「何度も挑戦してよかった」といった振り返りをおして、主体的に自身の課題解決を図っていきます。

指導である。児童生徒は、積極的な思考・判断を伴う「チャレンジ」を繰り返して、「こうすればうまくいった」「次はこうしてみよう」「何度も挑戦してよかった」というような活動の振り返りを行うことを通して、主体的に自身の得意の伸長や課題の改善・解決を図っていく。活動の際には、ワークシート「自己理解マップ」を活用し、教師と一緒に定期的に自身の変容を確認しながら進めていくことで、否定的な自己理解から、肯定的な自己理解への転換を図ることを目的としている。授業にあたり、教師は、児童生徒の困難さの状況を、自立活動の視点から正しく理解し、学習に際して適切な状況づく(環境調整及び支援)や相談・対話を繰り返して行っていくことで、児童生徒の「チャレンジ」をサポートしていき、達成を共に喜び合うことから、児童生徒のレジリエンスの向上を図ることができると考えている。

5 「自立活動の時間における指導」の実際② 「個別の課題学習」

知的障害を併せ有するASDの学習方法として行われることの多い「自立課題」

◎個別の課題学習用の課題例 山口大学教育学部附属特別支援学校



図6 時間における指導②「個別の課題学習」

や「評価課題」を、個別のワークシテムで行う時間を、「個別の課題学習」として設定し、各教科等の土台作りを行う時間とした。

扱う課題内容は、自立活動の個別の指導計画「指導計画表」に記載されたもので、①各児童生徒の学習レディネスの発達を促すものを基本とし、発達の最近接領域を捉えた課題、②自立活動の指導計画で導き出された、個々の得意の更なる伸長課題、または、学習上の困難さを解消していけるような課題、③種々の困難さに対して代替手段(ICT機器の活用も含む)の使用、習熟を行う課題等を実施

している。児童生徒一人一人が、自身の課題に対してポジティブに思考判断を繰り返し、課題解決する達成感を味わうことで、学習の定着につなげていくことができる時間としている。

その他、自身の困難さを理解し、解消するための事前学習としても機能しており、現場実習前にメモの取り方やコミュニケーションの練習を行ったり、行事参加の準備としてスケジュールを自分で準備したり、委員会の仕事の事前チェックをしたりするなど、各教科等と関連付けた学習展開も見られるようになってきている。

## 6 「自立活動の時間における指導」の実際③「集団自立」

学校教育目標の重点項目、③「自主性・主体性を育てる」、④「社会性を獲得すること」を支える自立活動の時間における指導に、「集団自立」の時間を設定した。

この時間は主に自立活動の「3 人間関係の形成」、「6 コミュニケーション」に焦点を当てた時間である。課題実態別のグループを構成し、授業内容には、「構成的グループエンカウンター」を取り入れている。グループに与えられた課題を解

決するためには生徒同士の協力や対話の時間を設けるなどし、協力した結果としての達成感を味わうことで、協働の良さを実感できるような学習を行っている。また、マインドフルネス呼吸法やタッピングで心を穏やかにする方法を学んだり、アンガーマネジメントや、自己肯定感とは何かを学んだりなど、行動のコントロールや感情のコントロールについての体験的理解を図る学習も行っている。



図7 時間における指導③「集団自立」

## 〇おわりに

本研究は、全ての生徒にとって必要だと思われる「自立活動の時間における指導」を教育課程の土台として設定することで、自立活動の指導計画立案においては学習のアイデアが出しやすくなったこと、指導内容の妥当性が高まったりすることにつながることを期待したものである。児童生徒にとって必然性のある学習を組織的に行っていくことができるようなマネジメントにしたい。

また、自立活動の指導を行っていくにあたり重要だと捉えているのが、教師の「児童生徒との対話によるサポート」の在り方である。

児童生徒の肯定的な自己理解を進め支える対話の在り方や、対話が難しい児童生徒とやり取りの在り方、そして保護者との協働の在り方等、自立活動を支える「人の支援」についても、令和六年度の研究報告では明らかにしたいと考えている。

月刊「特別支援教育研究」

令和5年度10月号特集「自立活動」