

◆自立活動の概要

1 自立活動について

自立活動は、障がいによる学習上又は生活上の困難を主体的に改善・克服することを目的とした、特別支援学校学習指導要領に示されている指導領域です。そして、授業時間を特設して行う「自立活動の時間における指導」はもとより、各教科等の指導との密接な関連を図って、学校の教育活動全体を通じて行うこととされており、障がいのある子どもの教育においては、教育課程上重要な位置を占めています。



平成29年3月に告示された小学校・中学校学習指導要領には、特別支援学級の教育課程について次のように規定されました。

小学校・中学校学習指導要領「第1章 第4の2の(1) 障害のある児童（生徒）などへの指導」

イ 特別支援学級において実施する特別の教育課程については、次のとおり編成するものとする。

(ア) 障害による学習上又は生活上の困難を克服し自立を図るため、特別支援学校小学部・中学部学習指導要領第7章に示す自立活動を取り入れること。

(イ) 児童（生徒）の障害の程度や学級の実態等を考慮の上、各教科の目標や内容を下学年の教科の目標や内容に替えたり、各教科を、知的障害者である児童（生徒）に対する教育を行う特別支援学校の各教科に替えたりするなどして、実態に応じた教育課程を編成すること。



特別支援学級の子どもたちにも、障がいの状態や発達の段階を把握し、障がいによる学習上又は生活上の困難を主体的に改善・克服することを目的とした、自立活動の指導をします。



自立活動の指導については、特別支援学校教育要領・学習指導要領を参考にしましょう。

- ・解説 総則編（平成30年3月）
- ・解説 自立活動編（平成30年3月）



2 自立活動の教育課程上の位置付け

自立活動の指導は、学校の教育活動全体を通じて行うものであることから、図1のように、自立活動の時間における指導と各教科等における指導とが密接な関連を保つことが必要となります。

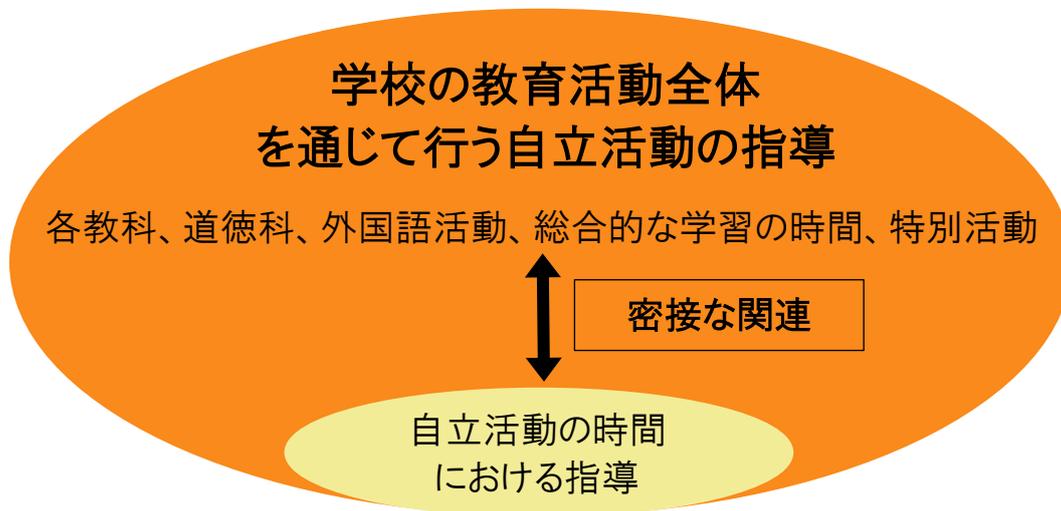


図1 教育課程における自立活動の位置付け



「自立活動の時間における指導」とは、時間割の中に「自立活動の時間」を位置付けて行う指導です。

一方、「各教科等の指導」や「各教科等を合わせた指導」の時間の中で、自立活動の内容を関連させて指導する場合があります。



つまり、自立活動の指導は、学校の教育活動全体を通じて行うものなのです。

自立活動の時間について

自立活動の時間は、各学校が自校の子どもの実態に応じた適切な指導を行うために必要な時数を判断することになっているため、授業時数についての標準時数が示されていません。

自立活動の時間を含めた年間の授業時数は、各学年の総授業時数に準ずることとなっています。

3 自立活動の目標



特別支援学校学習指導要領において、次のように示されています。

特別支援学校小学部・中学部学習指導要領「第7章 第1 目標」

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礎を培う。



「自立」とは・・・
子どもがそれぞれの障がいの状態や発達の段階等に応じて、主体的に自己の力を可能な限り発揮し、よりよく生きようとすることです。



「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」とは・・・
子どもの実態に応じ、日常生活や学習場面等の諸活動において、その障がいによって生じるつまずきや困難を軽減しようとしたり、また、障がいがあることを受容したり、つまずきや困難の解消のために努めたりすることです。



「調和的発達の基礎を培う」とは・・・
子ども一人一人の発達の遅れや不均衡を改善したり、発達の進んでいる側面を更に伸ばすことによって遅れている側面の発達を促すようにしたりして、全人的な発達を促進することです。

4 自立活動の内容

自立活動の内容は、「人間としての基本的な行動を遂行するために必要な要素」と、「障がいによる学習上又は生活上の困難を改善・克服するために必要な要素」で構成しており、「健康の保持」、「心理的な安定」、「人間関係の形成」、「環境の把握」、「身体の動き」及び「コミュニケーション」の6区分27項目（表1：P4）に分類・整理されています。



自立活動の内容は、各教科等のようにその全てを取り扱うものではなく、個々の子どもの障がいの状態や特性及び心身の発達等に応じて、必要な項目を選定して取り扱うものです。

つまり、自立活動の内容は、個々の子どもに、その全てを指導すべきものとして示されているものではありません。

表 1 自立活動の内容（6区分27項目）

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健康状態の維持・改善を身体的な側面を中心として図る観点から内容を示している。

- (1) 生活のリズムや生活習慣の形成に関する事。
- (2) 病気の状態の理解と生活管理に関する事。
- (3) 身体各部の状態の理解と養護に関する事。
- (4) 障がいの特性の理解と生活環境の調整に関する事。
- (5) 健康状態の維持・改善に関する事。

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するとともに、障がいによる学習上又は生活上の困難を主体的に改善・克服する意欲の向上を図り、自己のよさに気付く観点から内容を示している。

- (1) 情緒の安定に関する事。
- (2) 状況の理解と変化への対応に関する事。
- (3) 障がい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事。

3 人間関係の形成

◆自他の理解を深め、対人関係を円滑にし、集団参加の基盤を培う観点から内容を示している。

- (1) 他者とのかかわりの基礎に関する事。
- (2) 他者の意図や感情の理解に関する事。
- (3) 自己の理解と行動の調整に関する事。
- (4) 集団への参加の基礎に関する事。

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として、周囲の状況を把握したり、環境と自己との関係を理解したりして、的確に判断し、行動できるようにする観点から内容を示している。

- (1) 保有する感覚の活用に関する事。
- (2) 感覚や認知の特性についての理解と対応に関する事。
- (3) 感覚の補助及び代行手段の活用に関する事。
- (4) 感覚を総合的に活用した周囲の状況についての把握と状況に応じた行動に関する事。
- (5) 認知や行動の手掛かりとなる概念の形成に関する事。

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する観点から内容を示している。

- (1) 姿勢と運動・動作の基本的技能に関する事。
- (2) 姿勢保持と運動・動作の補助的手段の活用に関する事。
- (3) 日常生活に必要な基本動作に関する事。
- (4) 身体の移動能力に関する事。
- (5) 作業に必要な動作と円滑な遂行に関する事。

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うことができるようにする観点から内容を示している。

- (1) コミュニケーションの基礎的能力に関する事。
- (2) 言語の受容と表出に関する事。
- (3) 言語の形成と活用に関する事。
- (4) コミュニケーション手段の選択と活用に関する事。
- (5) 状況に応じたコミュニケーションに関する事。

表2 各項目の意味していること

区分	項目	意味していること
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	体温の調節、覚醒と睡眠など健康状態の維持・改善に必要な生活のリズムを身に付けること、食事や排泄などの生活習慣の形成、衣服の調節、室温の調節や換気、感染予防のための清潔の保持など健康な生活環境の形成を図ること。
	(2) 病気の状態の理解と生活管理に関すること	自分の病気の状態を理解し、その改善を図り、病気の進行の防止に必要な生活様式についての理解を深め、それに基づく生活の自己管理ができるようにすること。
	(3) 身体各部の状態の理解と養護に関すること	病気や事故等による神経、筋、骨、皮膚等の身体各部の状態を理解し、その部位を適切に保護したり、症状の進行を防止したりできるようにすること。
	(4) 障がいの特性の理解と生活環境の調整に関すること	自己の障がいによどのような特性があるのか理解し、それらが及ぼす学習上又は生活上の困難についての理解を深め、その状況に応じて、自己の行動や感情を調整したり、他者に対して主体的に働き掛けたりして、より学習や生活をしやすい環境にしていくこと。
	(5) 健康状態の維持・改善に関すること	障がいのため、運動量が少なくなったり、体力が低下したりすることを防ぐために、日常生活における適切な健康の自己管理ができるようにすること。
2 心理的な安定	(1) 情緒の安定に関すること	情緒の安定を図ることが困難な児童生徒が、安定した情緒の下で生活できるようにすること。
	(2) 状況の理解と変化への対応に関すること	場所や場面の状況を理解して心理的抵抗を軽減したり、変化する状況を理解して適切に対応したりするなど、行動の仕方を身に付けること。
	(3) 障がい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	自分の障がいの状態を理解したり、受容したりして、主体的に障がいによる学習上又は生活上の困難を改善・克服しようとする意欲の向上を図ること。
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	人に対する基本的な信頼感を持ち、他者からの働き掛けを受け止め、それに応ずることができるようにすること。
	(2) 他者の意図や感情の理解に関すること	他者の意図や感情を理解し、場に応じた適切な行動をとることができるようにすること。
	(3) 自己の理解と行動の調整に関すること	自分の得意なことや不得意なこと、自分の行動の特徴などを理解し、集団の中で状況に応じた行動ができるようになること。
	(4) 集団への参加の基礎に関すること	集団の雰囲気に合わせてたり、集団に参加するための手順や決まりを理解したりして、遊びや集団活動などに積極的に参加できるようになること。

4 環境の把握	(1) 保有する感覚の活用に関すること	保有する視覚、聴覚、触覚、嗅覚、固有覚、前庭覚などの感覚を十分に活用できるようにすること。
	(2) 感覚や認知の特性についての理解と対応に関すること	障がいのある児童生徒一人一人の感覚や認知の特性を踏まえ、自分にとってくる情報を適切に処理できるようにするとともに、特に自己の感覚の過敏さや認知の偏りなどの特性について理解し、適切に対応できるようにすること。
	(3) 感覚の補助及び代行手段の活用に関すること	保有する感覚を用いて状況を把握しやすくするよう各種の補助機器を活用できるようにしたり、他の感覚や機器での代行が的確にできるようにしたりすること。
	(4) 感覚を総合的に活用した周囲の状況についての把握と状況に応じた行動に関すること	いろいろな感覚器官やその補助及び代行手段を総合的に活用して、情報を収集したり、環境の状況を把握したりして、的確な判断や行動ができるようにすること。
	(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	物の機能や属性、形、色、音が変化する様子、空間・時間等の概念の形成を図ることによって、それを認知や行動の手掛かりとして活用できるようにすること。
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	日常生活に必要な動作の基本となる姿勢保持や上肢・下肢の運動・動作の改善及び習得、関節の拘縮や変形の予防、筋力の維持・強化を図ることなどの基本的技能に関すること。
	(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	姿勢の保持や各種の運動・動作が困難な場合、様々な補助用具等の補助的手段を活用してこれらができるようにすること。
	(3) 日常生活に必要な基本動作に関すること	食事、排泄、衣服の着脱、洗面、入浴などの身辺処理及び書字、描画等の学習のための動作などの基本動作を身に付けることができるようにすること。
	(4) 身体の移動能力に関すること	自力での身体移動や歩行、歩行器や車椅子による移動など、日常生活に必要な移動能力の向上を図ること。
	(5) 作業に必要な動作と円滑な遂行に関すること	作業に必要な基本動作を習得し、その巧緻性や持続性の向上を図るとともに、作業を円滑に遂行する能力を高めること。
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	児童生徒の障がいの種類や程度、興味・関心等に応じて、表情や身振り、各種の機器などを用いて意思のやりとりが行えるようにするなど、コミュニケーションに必要な基礎的な能力を身に付けること。
	(2) 言語の受容と表出に関すること	話し言葉や各種の文字・記号等を用いて、相手の意図を受け止めたり、自分の考えを伝えたりするなど、言語を受容し表出することができるようにすること。
	(3) 言語の形成と活用に関すること	コミュニケーションを通して、事物や現象、自己の行動等に対応した言語の概念の形成を図り、体系的な言語を身に付けることができるようにすること。
	(4) コミュニケーション手段の選択と活用に関すること	話し言葉や各種の文字・記号、機器等のコミュニケーション手段を適切に選択・活用し、他者とのコミュニケーションが円滑にできるようにすること。
	(5) 状況に応じたコミュニケーションに関すること	コミュニケーションを円滑に行うためには、伝えようとする側と受け取る側との人間関係や、そのときの状況を的確に把握することが重要であることから、場や相手の状況に応じて、主体的にコミュニケーションを展開できるようにすること。

5 「個別の教育支援計画」「個別の指導計画」と自立活動

特別支援学級に在籍する子どもについては、「個別の教育支援計画」や「個別の指導計画」を作成・活用して指導を行います。自立活動の指導においても、これらの計画に基づいて、組織的・継続的かつ計画的に指導を行うことが大切です。



小学校・中学校学習指導要領において、次のように示されています。

小学校・中学校学習指導要領「第1章 第4の2の(1) 障害のある児童（生徒）などへの指導」

エ （前略）特別支援学級に在籍する児童（生徒）（中略）については、個々の児童（生徒）の実態を的確に把握し、個別の教育支援計画や個別の指導計画を作成し、効果的に活用するものとする。



一人一人の障がいの状態等に応じた自立活動の指導を行うためには、教職員だけでなく、専門家の指導・助言を得ることが必要な場合があります。本人、保護者はもとより、医療・教育・福祉等の各機関とも連携して取り組む際には、「個別の教育支援計画」を活用することができます。

また、自立活動と各教科等との関連を考慮し、特別支援学級担任と交流学級の担任や教科担任、養護教諭、支援員等の関係教職員が共通理解を図って取り組めるように「個別の指導計画」を活用しましょう。



特別支援学校学習指導要領において、次のように示されています。

特別支援学校小学部・中学部学習指導要領「第7章 第3 個別の指導計画の作成と内容の取扱い」

1 自立活動の指導に当たっては、個々の児童又は生徒の障害の状態や特性及び心身の発達段階等の的確な把握に基づき、指導すべき課題を明確にすることによって、指導目標及び指導内容を設定し、個別の指導計画を作成するものとする。その際、第2に示す内容（※）の中からそれぞれに必要な項目を選定し、それらを相互に関連付け、具体的に指導内容を設定するものとする。

※ 「第2に示す内容」とは、自立活動の内容（P4）のことです。



特別支援学級では、どのように自立活動の指導を行えばよいのでしょうか。次のページから、自立活動の進め方について説明します。