

## 補助資料活用の留意点

【補助資料 1-①】 特別支援学校学習指導要領解説自立活動編において、各項目別に示された指導内容例等をまとめたもの

【補助資料 1-②】 補助資料 1-①で各項目別に示した指導内容例等を障がい種別にまとめたもの

※ 状態例や指導内容例等は、自立活動の指導内容の一例であることに注意が必要である。

※ 他の障がいであっても、学習上又は生活上の困難が共通する場合には、指導内容例を参考にすることができるため、補助資料 1-①を活用することが基本となる。

### 区分一覧表 「健康の保持」

項目の内容	状態例	具体的指導内容例と留意点
<input type="checkbox"/> 体温の調節 <input type="checkbox"/> 健康状態（覚醒と睡眠などの維持・改善に必要な生活のリズムの獲得） <input type="checkbox"/> 食事や排泄などの形成 <input type="checkbox"/> 衣服の調節 <input type="checkbox"/> 室温の調節や換気 <input type="checkbox"/> 感染予防のための持など健康な生活形成	覚醒と睡眠のリズムが不規則なことが多く、しかも、体力が弱かったり、食事の量や時間、排泄の時刻が不規則になったりする。	1日の生活状況（覚醒と睡眠のリズム、食事及び水分摂取の時間や回数・量など）や体調に関する情報（呼吸機能、体温調節機能、服薬の種類や時間、てんかん発作の有無とその状態など）を把握する。困難の要因を明らかにした上で、無理のない課題から取り組む。生活のリズムや生活習慣の形成は、日課に即した日常生活で指導をする。
	整理・整頓などの習慣が十分身に付いていない。	この要因を明らかにした上で、無理のない程度の課題から取り組む。清潔や衛生的なことの必要性を理解できるようにし、家庭等との密接な連携の下に不衛生にならないように日常的に心掛けられるようにする。
	障がいが重度で重複しており、覚醒と睡眠のリズムが不規則になりやすい状態である。	この要因を明らかにした上で、無理のない程度の課題から取り組む。生活のリズムや生活習慣の形成は、日課に即した日常生活の中で指導をする。
自分の体調がよくない、悪くなりつつある、疲れているなどの変調が分からず無理をしてしまうことがある。その結果、体調を崩したり、回復に非常に時間が掛かったりする。		「規則正しい生活をする」ことの大切さを理解したり、温度に適した衣服の調節をすることを身に付けたりするよう指導する。また、体調を自己管理するために、客観的な指標となる体温を測ることを習慣化し、体調がよくないと判断した時の対応を保護者や教師と相談できるよう指導することも考えられる。こうした健康に関する習慣について指導する場合には、自己を客観視するため、例えば、毎朝その日の体調を記述したり、起床・就寝時刻などを記録したりして、スケジュール管理をすること、自らの体内の感覚に注目することなどの指導がある。 (★「3.人間関係の形成」・「4.環境の把握」・「6.コミュニケーション」)

項目ごとに障がいの状態を例示している。具体的にイメージできるよう特定の障がい名等を明記している内容もあるが他の障がいであっても、学習上や生活上の困難が共通する場合は、参考にすることができる。

「        」は、★で示している区分と関連付けて設定した指導内容の例である。

【補助資料 2】 特別支援学校学習指導要領解説自立活動編に示された指導上の留意点をまとめたもの