

自立活動だより

令和7年度 第4号

令和7年11月28日発行

佐世保特別支援学校 自立活動部





今回の自立活動だよりでは、あたご高等部2年生とわかぐす高等部の自立活動の様子を紹介したいと思います。



I 知的障害教育部門（あたご）高等部2年生の自立活動の様子

あたご高等部では、1年生は週に2時間、2・3年生は週に1時間、自立活動の時間における指導を設けています。高等部2年生は、五つのグループに分け、毎週火曜日の6時間目に実施しています。自立活動の指導は、一人一人の実態や現在の課題をまとめたシートを基に、課題を改善・解決するための学習内容が近い生徒同士のグループを編成して行っています。そのうちの四つのグループの様子について紹介します。


A：主として「人間関係の形成」を目標とした学習に取り組むグループ

生徒の実態	他者の気持ちや状況を考えた言動や、他者へ自分の気持ちや考えを伝達する方法に課題がある。	 
目標	<ul style="list-style-type: none">・他者の気持ちを考えた言動ができるようになる・自分の気持ちを伝えることができるようになる	
指導内容や指導方法、手立てなど	<p>少人数のグループを作り、協力して課題を解決することに取り組む中で、他者のことを考えた言動ができるようになることを目指す。</p> <div><p>例：文字の切り抜きを使って文章を作る 同音異義語を複数提示し、絵やジェスチャーで伝える 物を高く積み上げるために協力する 絵を見て相手に伝える・・・など</p></div> <p>上記のような活動をチーム対抗やゲーム形式で行うことで、自分のことを伝えたり、相手のことを考えた行動をとったりすることができる力を培っていく。</p>	


B：主として「自分の気持ちを伝えること」を目標とした学習に取り組むグループ

生徒の実態	場面に合った言葉や行動を選択したり、表現したりすることが難しい。	 
目標	<ul style="list-style-type: none">・場に応じたコミュニケーションを知り、身に付ける・自分の気持ちや考えを友人に伝える	
指導内容や指導方法、手立てなど	<p>特定の場面の状況を再現して学習する</p> <ul style="list-style-type: none">・場面に応じた行動や伝え方を繰り返し行うことで、表現の仕方を知り、身に付けていく。 <p>特定の場面の状況をイラストで示したものを使って学習する</p> <ul style="list-style-type: none">・日常生活において生徒が直面しそうな場面を取り上げ、そのような状況下での自分の気持ちについて考えさせる。・状況に応じて、どのような言葉で気持ちを伝えるのか考えたり、グループ内で話し合ったりする。	

C：主として「集中、挑戦、意欲を育む」ことを目標とした学習に取り組むグループ

生徒の実態	<ul style="list-style-type: none"> ・周囲に気がそれやすく、気になったことはすぐに行動したり、発言したりする。 ・苦手なことがあったときや困ったときに助けを求めることが難しい。 	
目標	<ul style="list-style-type: none"> ・一定時間、集中して活動に取り組む。 ・何事にも意欲的に取り組んだり、積極的に挑戦したりする。 	
指導内容や指導方法、手立てなど	<p>手指を使った軽作業、シール貼り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・タイマーを使って作業時間を可視化することで見通しをもつことができるようにする。 <p>動きの模倣</p> <ul style="list-style-type: none"> ・動画や教師の動きを見せて、注目する箇所を口頭で伝える。 <p>その他</p> <ul style="list-style-type: none"> ・作業工程をシンプルにして取り組みやすい活動にしたり、意図的に質問をするような複雑な工程を取り入れたりするなど生徒の実態に応じた作業内容を設定する。 	

D：主として「一定時間集中する力を育てる」こと目標とした学習に取り組むグループ

生徒の実態	集中力が続かず、別のことに注意が向いてしまったり、教室の外に出たりしてしまうことがある。	
目標	<ul style="list-style-type: none"> ・活動を選択し、一定時間机上活動に取り組むことができる。 ・疲れたときに教師に「休憩したい」など言葉で伝えることができる。 	
指導内容や指導方法、手立てなど	<p>時間の見える化</p> <ul style="list-style-type: none"> ・タイマーを使ってあとどれくらい活動時間が残っているか分かりやすいようにする。 <p>活動の構造化</p> <ul style="list-style-type: none"> ・プリントを3枚ずつに分けて提示するなど小さなステップで達成感を得られるようにする。 <p>選択肢の提示</p> <ul style="list-style-type: none"> ・どの活動から取り組むか、本人に選択肢の中から選ばせることで主体性と集中力を高めさせる。 	

高等部では、特に卒業後を見据えて、生徒にとって必要な力を培っていきます。そのため、上記で紹介した自立活動の時間の指導だけではなく、各教科の指導や朝の時間、休み時間なども生徒個人の目標に応じた指導を、教員間で情報共有しながら行っています。

- 例えば
- ・身だしなみを整える（シャツの襟、ネクタイ、寝ぐせなど）
 - ・基本的生活習慣（昼夜逆転にならないようにするなど）
 - ・挨拶や言葉遣い
 - ・掃除（道具を正しく使う）
 - ・持ち物の管理
 - ・授業への参加態度 など・・・



2 わかくす高等部 自立活動の様子

わかす高等部では、実態に応じて週2～7時間の自立活動の時間が設定されています。主な内容としては、身体の動き、他者との関わり、自己理解などの学習に取り組んでいます。教師と1対1での学習や、数名でのコミュニケーション等の学習などに取り組んでいます。



教師の提示した活動に応じて、過度な筋緊張の緩めや膝立ち等の身体の動きに関する学習。



スロープや坂、階段などの不安定な場所でバランスをとりながら歩行する。



教師の呼び掛けに気づき、寝返りやゲートトレーナーで動いて近づく。



椅子座位で頭部や体幹を保持する。



自ら手を伸ばして興味がある人や物に触れる。



腰に力を入れたり抜いたりして膝立ちをとる。



指示書を見て、正しい順番に置いたり、重ねたりして見本と同じものを作る。



ディベート等の話し合い活動を通して、自分の意見を相手に分かりやすく伝えたり、振り返りで友達の良かったところを伝え合ったりして互いの良さや頑張りに気づき、認め合う。

