



Kラインの前号では、学習指導要領「自立活動の目標」や具体的な実践例を紹介させていただきました。今号では、学習指導要領解説（自立活動編）に沿って、自立活動の指導の基本的なポイントをお伝えします。

1 自立活動とは

自立活動は、**ICF（国際生活機能分類）の考え方を踏まえ**、生活機能や障害、個人因子、環境因子等を的確に把握し、具体的な指導内容を設定する、いわゆる**心身の調和的な発達**の基盤に着目して指導するものです。自立活動の指導は**各教科等において育まれる資質・能力を支える役割**を担っています。 ※ 自立活動の目標は前号掲載

2 自立活動の内容について

学習指導要領の自立活動の内容は、**生活機能や障害の視点から代表的な要素 27 項目を 6 区分に分類した**ものです。この内容は、個々の幼児児童生徒の**具体的な指導内容の要素**となります。すなわち、**すべてを取り扱うものではなく**、27 項目の中から、個々の指導目標（ねらい）を達成するために、**実態に応じて必要な項目を選定し、相互に関連付けて設定**することに留意します。6 区分 27 項目を以下に示します。

○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。
- (2) 病気の状態の理解と生活管理に関すること。
- (3) 身体各部の状態の理解と養護に関すること。
- (4) 障害の特性の理解と生活習慣の調整に関すること。
- (5) 健康状態の維持・改善に関すること。

○心理的な安定

- (1) 情緒の安定に関すること。
- (2) 状況の理解と変化への対応に関すること。
- (3) 障害による学習上の又は生活上の困難を改善・克服する意欲に関すること。



○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。
- (2) 他者の意図や感情の理解に関すること。
- (3) 自己の理解と行動の調整に関すること。
- (4) 集団への参加の基礎に関すること。

○環境の把握

- (1) 保有する感覚の活用に関すること。
- (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。
- (3) 感覚の補助及び代行手段の活用に関すること。
- (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。
- (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。

○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。
- (2) 姿勢保持と運動・動作の補助手段の活用に関すること。
- (3) 日常生活に必要な基本動作に関すること。
- (4) 身体の移動能力に関すること。
- (5) 作業に必要な動作と円滑な遂行に関すること。

○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。
- (2) 言語の受容と表出に関すること。
- (3) 言語の形成と活用に関すること。
- (4) コミュニケーション手段の選択と活用に関すること。
- (5) 状況に応じたコミュニケーションに関すること。



※ ○印は区分を示し、_____ 下線はインクルーシブ教育システムの構築に向け、改訂された箇所

3 実態把握から具体的な指導内容の設定まで

- ① 個々の児童又は生徒について、障害の状態、発達や経験の程度、興味・関心、生活や学習環境など実態を的確に把握します。情報収集の際は、できないことばかりに注目するのではなく、できることにも着目します。
- ② 特定の指導内容に偏らないよう、6区分に即して整理など、全体像を捉えるようにします。困難だけでなく、できていることや支援があればできること、将来を見通した〇〇年後の姿の観点からも整理します。
- ③ 指導開始時の課題を抽出、課題同士の関連（原因・結果、発達や指導の順序、優先順位等）を整理し、中心的な課題を導き出します。
- ④ ③に基づき、学年等の長期的な指導目標、当面の短期的な指導目標を定めます。
- ⑤ ④で設定した指導目標を達成するために必要な項目を選定、組み合わせで指導内容を考えます。また、目標を達成するために必要な指導内容を段階的に取り上げます。その際、以下の点を考慮します。

ア 興味をもって主体的に取り組み、成就感を味わうとともに自己を肯定的にとらえることができるような指導内容

イ 障害による学習上、生活上の困難を克服しようとする意欲を高めることができるような指導内容

ウ 発達の遅れている側面を補うために、発達の進んでいる側面を更に伸ばすような指導内容

エ 活動しやすいように自ら環境を整えたり、必要に応じて周囲の人に支援を求めたりできるような指導内容

オ 自己選択・自己決定する機会を設けることによって、思考・判断・表現する力を高めることができるような指導内容

カ 自立活動における学習の意味を将来の自立や社会参加に必要な資質・能力との関係において理解し取り組めるような指導内容

注) 自立活動6区分27項目の内容は学習指導要領解説(P51～P102)で、具体的な指導内容例や留意点、他の項目との関連例などが記載されています。参考にしてください。



4 評価について

実際の指導、学習状況や結果を適切に評価し、個別の指導計画や具体的な指導の改善に生かすようにします。学習への意欲や発達を促すために、学習前や学習中、学習後に、実態に応じて自己評価を取り入れるようにします。必要に応じて外部の専門家や保護者と連携を図っていきます。

5 他領域・教科等との関連について

各教科、道徳科、外国語活動、総合的な学習の時間及び特別活動の指導と密接な関連を保ち、両者が補い合うようにします。

6 指導方法の創意工夫

自立活動に有効と思われる特定の指導方法を選択し、それをそのまま適用するのではなく、課題に自ら取り組むことができるよう、実態に即して課題や段階を細分化するなど自立活動の指導に適合するように工夫します。

7 個別の教育支援計画等の活用について

自立活動の指導の成果が進学先等でも生かされるよう、連携の意図や引き継ぐ内容等について保護者の理解を得て、個別の教育支援計画等を活用して関係機関等との連携を図るようにします。

(文責 菅原文彦)

アンガーマネジメント(怒りのコントロール)の活用



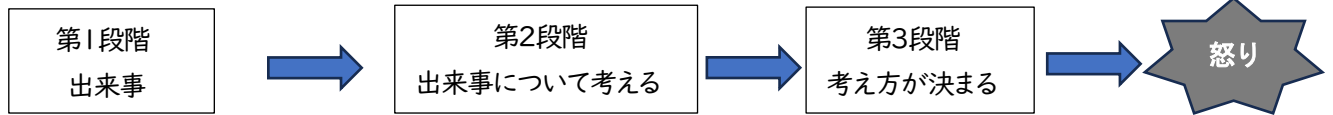
いつもイライラしている子ども、キレやすく、人やものにあたる子どもの対応に悩んでいませんか。そんなとき、「アンガーマネジメント」を取り入れてみてはどうでしょう。怒りをコントロールできれば、自分の気持ちや選択に責任をもてるようになり、自暴自棄になったり、誰かのせいにしたたりすることも減ってきます。保護者、指導者、子どもが一緒に実践できる内容の一部を紹介します。

1 怒りとは

怒りとは、人間にとって大切な感情の一つです。怒りのない人はいないし、なくすことも不可能です。

怒ることは悪くありません。怒りの表し方は自分でコントロールできます。

2 怒りのしくみ～怒りがうまれるまでは3段階～



Aさん
「誰かにぶつかった」



気を付けるべき
不注意でしょ！



Bさん
「誰かにぶつかった」



痛かったけど
わざとじゃないね



まあ、いっか。

3 アンガーマネジメント～怒りを自分でコントロールしてみよう～

- ① 深呼吸をする（怒りで戦闘モードになっている体を落ち着かせよう）
- ② 6までの数を数える（怒りの感情のピークは6秒。6秒待つことをルールにする）
- ③ オリジナルの呪文を唱える（大丈夫、たいしたことない、まあ、いっか・・・）
- ④ 「これがあると落ち着く」物を見付ける（お守り、写真、ぬいぐるみ等）
- ⑤ 紙に書く（「アンガールグ」：出来事をありのままに書き、怒りを冷静にとらえ、気持ちを整理する）

アンガールグ

① いつ

② どこで

③ なにがあった？

④ どう反応した？

⑤ 怒りに点数をつけよう

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

4 安心して活動できる環境づくり

子ども達がイライラしたり、怒ったりする前に友達との関わり方や教師の配慮等で大きな怒りを防げることがあります。当たり前のことですが、再度意識してみてもうどうでしょうか。

① 温かいクラスづくり

教師が支援の必要な子どもや失敗した子どもに対し、言い分を聞き、信じる姿勢を見せることで、子ども達の中に友だちの行動を許せる温かい雰囲気が生まれます。

② 注意する基準を明確にする

例えば、6月は「私語禁止」等のようにクラスのルールを決め、守れたら全員を褒め、守れなければ全員を注意します。子ども同士の不公平感を生まないように、ふれぬい指導が大切です。

③ 分かる言葉で話す

教師は子ども達が指示を聞き取り、イライラせず活動できるよう分かる言葉を使い、具体的に、ゆっくり話します。

例：「きちんと書きましょう」→「枠からはみ出さずに書きましょう」

《参考文献》「イラスト版 子どものアンガーマネジメント」篠 真希 長縄 史子
「人的環境のユニバーサルデザイン」阿部利彦 赤坂真二 川上康則 松久眞実
(文責 信太真喜子)

相談・見学、障害理解学習等の御希望がありましたら、御連絡ください

秋田県立栗田支援学校

教頭:田中 紀和 教育専門監:牧野 幸枝 地域支援部:照井 真紀子

〒010-1621 秋田県秋田市新屋栗田町 10-10

TEL:018-828-1162 FAX:018-828-4720

ホームページ <http://www.kurita-s.akita-pref.ed.jp/>

