

第40回 全日本教職員連盟

教育研究全国大会（宮崎大会）提案資料

【第6部会 特別支援教育】

個に応じ、能力を伸ばす特別支援教育

豊かな心を育てる自立活動

～児童の^{ウェルビーイング}Well-beingを実現する特別支援教育の実践～



岐阜県学校職員組合

特別支援学級（自・情）担任

教諭 山口 清久

I. 提案テーマ

豊かな心を育てる自立活動

～児童のウェルビーイングを実現する特別支援教育の実践～

II テーマ設定の理由

(1) 特別支援教育への思い

わたしが特別支援教育の担任となったのは、平成17年度でした。まだ、特殊教育と呼ばれていました。その2年後の平成19年度から、特別支援教育が始まりました。学校教育法に特別支援教育が位置付けられて、すべての学校において、障がいのある児童生徒の支援をさらに充実していくことになったのです。特殊教育では、一部の教師が一部の児童生徒を別室で教育するという印象であったのが、学校の教育の柱の一つとなりました。

特別支援教育になってからは、自閉症・情緒障がい学級（これ以降は「自・情学級」）の児童生徒が、以前より多く在籍するようになりました。LD・ADHD等の通級指導教室も県内の多くの学校に設置されています。特別支援教育は、学校生活に困り感を持っている児童生徒と、その保護者、さらには学校全体にとってとても重要な役割を果たしているのです。入級に至るまでは、丁寧に懇談を重ね、保護者と児童・生徒との合意を形成していき、入級後は個の状態に合わせて教育課程を組んでいきます。どれ一つとっても、とても大変なことです。児童生徒のためにと、わたしたち特別支援教育に携わる教員は日々、自問自答しながら教育活動に取り組んできました。

そのような特別支援教育ですが、多くの先生たちが特別支援教育でどんな実践をしているかを知る機会が少ないように思えます。そこで、特別支援教育の現場の実践を多くの教師に伝えたいと思って実践記録を始めました。

今回、特別支援教育の実践者の一人として、個に応じ一人一人の自立を考え「自立活動」の領域を中心としたアプローチからの「ウェルビーイング」の実践について発表をします。

(2) 実践の経緯

特別支援学級の児童の多くは、自己肯定感が低く、自分に自信がもてない子が多いと常々感じてきました。そのような児童の自己肯定感を高めるにはどうすればいいのかと考えていました。

そんな時、「日本社会に根差したウェルビーイングの向上」という新しい概念を知り、「ウェルビーイング」を強く意識するようになりました。

「ウェルビーイング」の概念とは、

「※身体的・精神的・社会的に良い状態にあること。短期間の幸福のみならず、生きがいや人生の意義など将来にわたる持続的な幸福を含む概念。」

(引用：文部科学省ホームページより https://www.mext.go.jp/content/20230615-mxt_soseisk02-100000597_02.pdf)

と次期の教育振興基本計画の中に明記されています。

また、鳴門教育大学の木村 直子准教授は、以下のように説明されています。

「子どものウェルビーイングとは、『子どもが心安らぐ安定した生活環境を持ち、希望や夢への期待を持って生活できている状態＝子どもが健康で安定した生活を実現できている状態』を指す。」（中略）「子どもの豊かな育ちとしてのウェルビーイングを指向し、家族問題に適切に対応していくために、教員には子どもの姿をよく把握し、適切な対応をとる資質能力が求められている。」（出典：一般社団法人平和政策研究所ホームページより「子どものウェルビーイング」を高める家庭、学校、地域社会 ―子どもの安全と健康を保障するために―から引用）

学校教育での「ウェルビーイング」とは、何だろうかと考えました。漠然としてはいましたが、私は特別支援学級担任なので「特別支援学級にいる児童生徒の日々の成長を児童生徒本人が実感し、自信がだんだんついてきて、それを教師も保護者も学校の仲間もすべての学校関係者が喜んでいくこと。」と捉え、実践を行いました。

Ⅲ. 自立活動で「ウェルビーイング」

（１）自立活動に向けた習慣づくり

特別支援学級の児童に、自分の成長が実感でき、自信をつけさせるため自立活動の時間に力を入れて取り組みをはじめました。児童の状態から、まず、最初に取り組んだことは、児童の関心が学習に向くようにすることからでした。

授業中になかなか落ち着いて席に座れない児童へは、粘り強く学習（生活）習慣を身につけさせ、できたらほめ価値づけるなど繰り返すなかで、学習への関心や興味が高まってきました。このように、児童が落ち着いて生活できる基盤を整えてから「ウェルビーイング」実現に向けた自立活動に力を入れて取り組み始めました。

（２）自立活動とは何か

自立活動とは、特別支援学級の教育課程で障がいに対応した指導領域のことです。小・中学校では、学年に即した系統的・段階的に教育が進められます。しかし、特別支援学級の児童生徒はそれぞれ日常生活の様々な場面において困り感をもっています。児童生徒の個々の障がいによる学習上又は生活上の困難を改善・克服するための目指す姿が自立活動であり、自立活動の目標は「自立」と「心身の調和的発達の基盤を培う」ことです。自立活動では、特別支援学級の中で将来の自立を見据えた指導が必要となってきます。自立活動については、次のように明記されています。

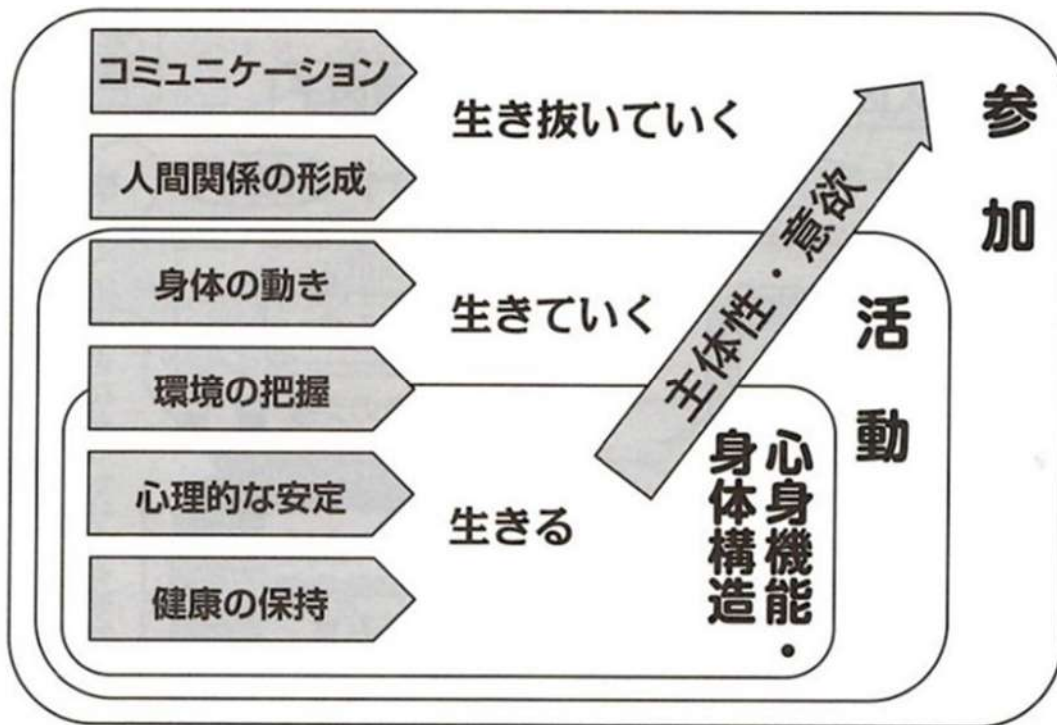
第7章 第1 目標

「自立活動は、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盤を培う。」

出典：文部科学省 特別支援学校 小学部・中学部学習指導要領（平成29年4月公示）より

さらに自立活動の目標と内容は、6区分27項目に分類されています。

(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 障害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
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 障害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
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
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
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
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



【概念図】 出典：明治図書 渡邊 昭宏著「自立活動の授業 de ライフキャリア教育 キャリア発達を支援する手立てと授業づくり (特別支援学校&学級で学ぶ!)」より引用
この自立活動6区分27項目に基づいて児童生徒の状況にあわせて活動を行っていきます。

(3) 「ウェルビーイング」をめざして

① はじめの一步

「ウェルビーイング」実現に向け、まずは朝活動の帯時間を利用した「朝読書活動」を始めました。朝の会の前に、月曜日から金曜日まで毎日10分を、読書活動にあてて1日をスタートさせました。この「朝読書活動」は、区分(1)の【健康の保持】項目 ①「生活のリズムや生活習慣の形成に関すること」にあたる活動と捉えて位置付けました。毎朝、決まった時間に自分の好きな本を10分間読むことで、学校生活のリズムづくりにつなげていきます。

特別支援学級の自・情学級には不登校傾向の児童もいます。学校に登校すること自体にエネルギーを必要とする児童たちです。そんな児童を含めて全ての自・情学級の児童にとって、朝の会までのわずか10分ですが、気持ちを落ち着かせる時間をもつことがとても大切だと考えました。それが見通しをもつことにつながり安心を生み、心身の調和を図ることができるからです。

毎日この時間は教室が静かになります。どの児童も図書室で借りてきた本や学級文庫をひたすら読むことが習慣となり、生活のリズムに読書を位置付けることができました。

静かな教室でそれぞれが好きな本を静かに読むことから一日をスタートさせることで、児

童が穏やかな表情になり、心地よさを毎日味わうことができました。落ち着いた日々を送れるようになっていきました。

② サーキット運動で「自立活動」

「自立」の時間には、優先的に体育館が使えるので、今年度から体を動かしていく活動を取り入れています。

特別支援学級の児童は、「歩く」「走る」「跳ぶ」など、基本的な動きはできる児童が多いのですが、用具を操作する運動、全身を協応させる運動等にぎこちなさがあります。また、落ち着きがなかったり、言葉が遅れていたりする児童もいます。そこで、一人一人の困り感に合わせて自立活動の目標の中で、区分（１）の【心理的な安定】①「情緒の安定に関すること」、区分（３）の【人間関係の形成】④「集団への参加の基礎に関すること」、区分（５）の【身体の動き】⑤「作業に必要な動作と円滑な遂行に関すること」、区分（６）の【コミュニケーション】⑤「状況に応じたコミュニケーションに関すること」を改善することを目的として感覚統合法の一つであるサーキット運動を取り入れました。平均台を渡ったり跳び箱を飛び越えたりとさまざまな動作がサーキットの中にあり、これらの動作を幅広く繰り返し行うことで、感覚が統合されて発達していきます。わたしたちは、普段身の回りからの様々な情報を、視覚や聴覚、嗅覚をはじめとした様々な身体感覚を通して受け取っているのですが、視覚や聴覚のほかにも特に触覚や前庭覚、固有感覚も重要な働きをしています。これらの身体感覚が十分に成長していないと落ち着きがなかったり言葉の遅れにつな



「平均台渡り」の様子

がったりします。うまく働いていないそれぞれの身体感覚が、サーキット運動で成長していくことで、落ち着くようになり、言葉の表出が増えていくようになることで心理的な安定につながります。さらにサーキット運動のような多様な身体活動をすることで、児童のボディ・イメージを高めていきます。ボディ・イメージは自己に対する気付きでもあるため、運動の技能だけでなく、認知や社会性など、様々な発達にもよい影響が出てくるのが期待できます。特に、落ち着きのなかった児童 A さんが、授業中に立ち歩くことが無くなり掃除の時間に雑巾がけを黙々と時間いっぱいできるようになったのも成果の一つです。サーキットによるめきながらも頑張っている仲間に声援を送ったり、上手にサーキットを渡り切った仲間をたたえる声掛けをしたりすることで、コミュニケーションの向上にもつながり一人一人の身体感覚が成長していきます。

このように、サーキット運動は楽しみながら学ぶ中で身体感覚の成長をうながし、将来の「ウェルビーイング」につながるものです。本校のサーキット運動では、跳び箱と平均台、安全のためのマットを使って運動をします。

(4) 個に応じた「自立活動」

① 心理的な安定に向けて

本学級の B さん（男子児童）は、2 年生の 2 学期まで通常学級に在籍していましたが、だんだんと学級に適応しきれなくなり、廊下や階段で座り込んだり、感情を高ぶらせたりすることがありました。B さんの保護者と相談を重ね、どのようにして支援をするかを教育相談



「跳び箱跳び」の様子

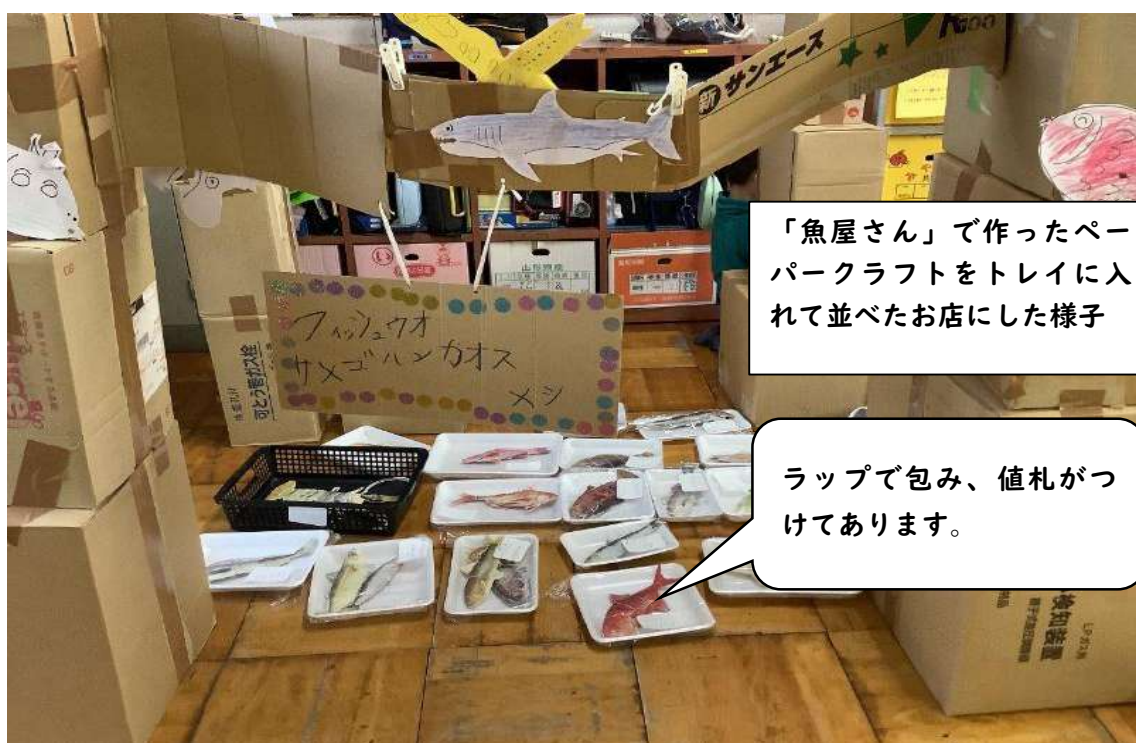
コーディネーターと、特別支援コーディネーターが中心になって校内委員会で検討し、自・情学級に入級することが望ましいという判断になりました。2年生の後期から本学級に試験的に入級することになりました。落ち着いた環境になったことで、再び落ち着いて学習に取り組めるようになり、3年生になって（新年度になって）から正式に入級しました。Bさんは、教室で飼っていたメダカがお気に入り、自分から進んで餌やりをしました。見ていると心が落ち着くのか、ずっと水槽を眺めていました。聞くと、動物が好きだということでした。Bさんが、本学級で学び始めてから落ち着いてきたことが分かりました。そして、動物には癒しの効果があることを実感しました。このことが動物（魚）を飼うという活動を自立活動に取り入れられないだろうか考えるきっかけになりました。

本学級には、心理的情緒的理由により登校できない状態だった児童もいます。Cさん（男子児童）は、3年生の1学期までは通常学級に在籍していましたが、2学期から途中入級した児童です。Cさんは、支援員が生活面のサポートをする形で通常学級で授業を受けていましたが、集団の中での活動やざわざわした音が苦手だったので、やがて集団の中で適応しきれず登校できなくなっていました。

CさんもBさんと同じように支援の方向性を校内で検討し、やはり自・情学級で支援をうけることがよいであろうという判断となり自・情学級で学び始めました。

本学級に来た当初は、不安で落ち着きませんでした。そこで、主治医からは「本人の気持ちを大切に、興味のあることを自立活動にしていくとよい。」と助言をいただき、その内容を校内委員会で共通理解して本人が興味のあることを自立活動に組み込みました。するとだんだん学校に居られる時間が増えて、学級担任との間にも信頼関係が生まれてきました。

Cさんは、魚についての知識が豊富で、強い興味をもっていました。Cさんとの自立活動



では、区分（6）の【コミュニケーション】項目④「コミュニケーション手段の選択と活用に関すること」を意図して、魚や海の生き物のカードを2セット作って、「魚介類の神経衰弱」をしたり、「魚屋さんをしよう」という内容で、魚のペーパークラフトでたくさんの魚を作ったりしました。

「魚屋さんをしよう」では、Cさんが段ボール箱でお店をつくり、そこに学級の仲間が自分たちで作ったおもちゃの紙幣をつかって魚を買いに来ます。並べてある中から魚を選び、「この魚をください。」とCさんに伝えると「この魚は〇〇です。」と魚の名前を相手に伝え、おもちゃの紙幣と交換しました。

Cさんは、すべての魚が完売するととてもうれしそうで、「また魚屋さんをやりたい。」と意欲的になり、その後も何回か「魚屋さんをしよう」を行いました。

② 生き物を育てる「自立活動」で「ウェルビーイング」

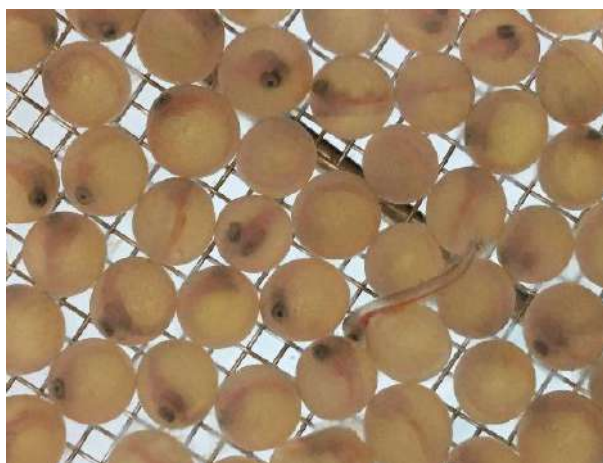
国庫補助事業（所管：水産庁 全国内水面漁業協同組合連合会）で、岐阜県漁業協同組合連合会が主催する「アマゴ・ヤマメ里親教室」というものがあるということを知りました。

この「アマゴ・ヤマメ里親教室」はアマゴとヤマメの孵化の観察や稚魚の飼育および放流を児童たちの手で行うものです。岐阜県漁業協同組合連合会から依頼を受けた岐阜県水産研究所下呂支所が生産した発眼卵を無償で分けていただけるというものでした。

Cさんに「アマゴとヤマメを卵から育てられるのだけど、やってみますか。」と、聞いてみました。Cさんは、「うん、やりたい。」と返事をし、ワクワクした目を輝かせていました。ここから卵から魚を孵化させて育て放流するという約半年間の「自立活動」が始まりました。

この活動を仕組む意図として、「自立活動」区分（6）の【コミュニケーション】項目②「言語の受容と表出に関すること」を意図していくことで、区分（2）の【心理的な安定】①「情緒の安定に関すること」及び区分（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」の指導につなげることができると考えました。そしてその指導は、自・情学級の児童全員にとっても大きな成長をもたらすと考えました。

特に、Cさんは、該当学年の学習の理解に困り感を覚えています。さらに、自分の考えや



思いを相手に伝えたり受けとめたりすることにも苦手意識があり、人間関係形成について悩む中で登校を渋ることがありました。そこで、本人の興味が強い生き物を扱う中でコミュニケーションの幅を広げ、人間関係を形成する場を設けられることになり心の安定が図られるからです。

2022年11月下旬に発眼卵が学校に送られてきました。中には、イクラのような卵が入っていました。



子どもたちは、興味津々で発眼卵の入った網の袋を観察していました。中でもCさんは袋を持ち上げて重さを感じていました。それは、本物（＝命）の重さでもありました。この卵を孵化させるための水槽の設置から活動が始まりました。

光が入るところでは、卵から孵化しないことを子どもたちに伝え、どうするとよいか考えました。その中で、水槽を黒いビニールで覆うことにしました。隙間ができないようにどうするとよいか学級の仲間が相談する時間をとり、協力して水槽のまわりにビニールをかぶせて養生テープで固定することで、孵化できるように進めることができました。

ここからは孵化するまで水槽の水を入れ替えながら毎日観察を続けます。

何日かすると、中に白濁して濁ってくる卵もでてきました。水産試験場に写真を送って見てもらおうと、死んでしまった卵で、一緒に入れておくと腐敗して、他の卵も死んでしまうということでした。

そこで、必ず毎朝水槽を確認する時間を設けました。

子どもたちは朝活動の時間に、残った卵たちに影響が出ないように、ピンセットで死んでしまった卵を一つ一ついねいに取り出していきました。



その時には、「この卵はどうだろう

か。」「気を付けて取り出してね。」と声をかけ合う姿が見られました。そんな姿をすかさず認め、相談する方法や相手を気遣うコミュニケーションの力を付けられるようにしました。特にCさんは、いつも真っ先に確認をして、新しく生まれてくる命を守るために、慎重に取り出す作業を毎日のように続けたことも認め、自信をつけていきました。

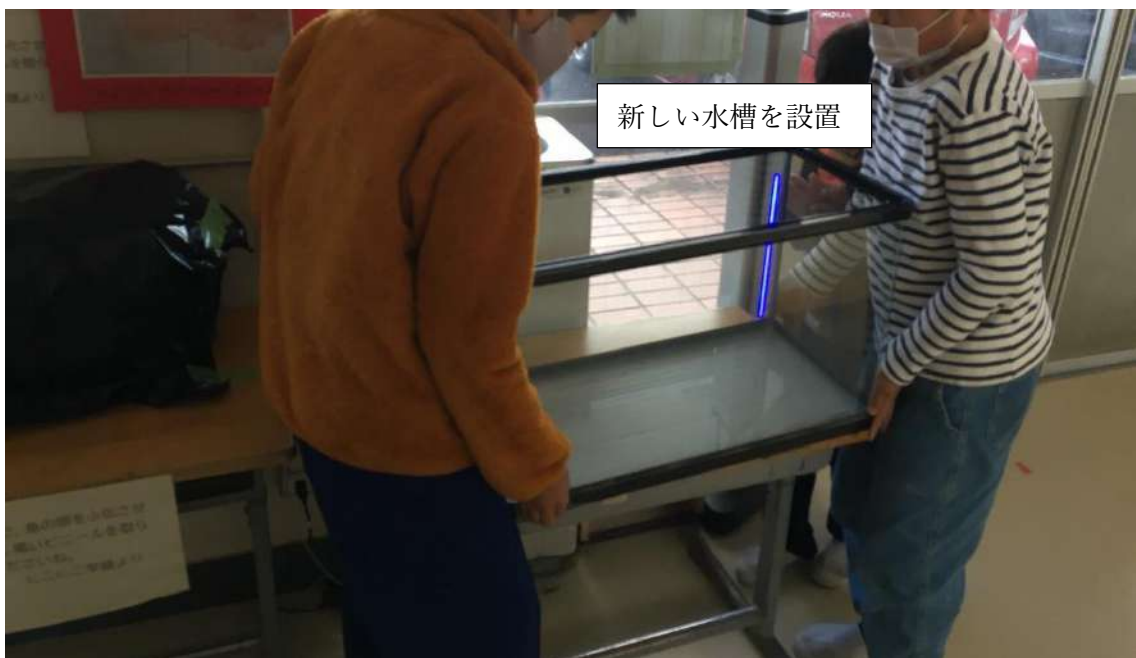
仲間と協力して、小さな命の大切さと向き合うことは、「心身の調和的発達の基盤を培う」大切な一場面であると感じました。

このような指導を重ねてきた結果、卵が孵化したときは、学級の仲間たちは大喜びでした。まだ、お腹に栄養の詰まった袋をつけたままで動く姿や、孵化直前の卵の中で動いてい



る姿を熱心に観察していました。

卵を包んでいた殻もそのままにしておくと水の汚れの原因となると知った児童たちは、自主的にピンセットで網にくっいている殻を見つけて取り除いていました。このように、毎朝子どもたちが自主的に卵の管理をした甲斐があり、次々と卵が孵化していきました。



やがて、100匹以上の稚魚が、見慣れた魚の形になって泳ぎ始めました。そこで、新しい大きな水槽を用意して、仲間が協力して稚魚を移す活動を位置付けました。仲間と協力していくことは、区分(6)の【コミュニケーション】⑤「状況に応じたコミュニケーションに関すること」の主体的なコミュニケーションを展開できるようにする活動になっています。実際に正しくセッティングするために必要な情報を伝え、相手の言わんとしていることを理解しながら、何度も挑戦する試行錯誤を繰り返し、無事に稚魚の移動に成功しました。この作業の中では、「Bさんは力持ちだね。」等の雑談も入りながらとても楽しそうでした。本当に必要なコミュニケーションの発信と受容を学んできた成果と言えます。

広くなった水槽で稚魚に、その後も児童たちが毎朝の餌やりを続けて、日に日に大きくなっていきました。

新しい水槽は、ろ過機能がありある程度のきれいな水が保持できました。そこで毎週1時間の自立活動では、主に水槽の清掃と水替えをしました。60cmの水槽の中に100匹以上の稚魚が泳いでいるので、学級の児童が協力してきれいにしていきます。

自分の興味のあることを学びながらコミュニケーションや人間関係の形成の力を付けたCさんは、この「アマゴ・ヤマメの里親教室」の活動を始めてから、少しずつ穏やかになっていき、良い変化がみられるようになりました。教室に居られるようになり、日々笑顔も見られるようになりました。



この活動を通して自信がついたCさんは、4年生に進級した時に、自分から「交流学級の授業に行く。」と言って、これまで行けなかった交流学級の授業に行くようになったのです。

それから、この1学期は、ほぼ毎日の交流学級の授業に自分から参加できるようになったのです。区分(2)の【心理的な安定】②「状況の理解と変化への対応に関すること」にあるように心理的抵抗を軽減し、変化する状況を

理解し、適切に対処し、どう行動するべきなのかを今回の自立活動を通して学び続けたからこそ生まれた姿です。

③ 清流長良川へ稚魚の放流

発眼卵が学校に届いてから約半年たち、大きく育ったアマゴ・ヤマメの稚魚を清流長良川に放流することとなりました。

放流には、この日に向けて、自立活動の時間に安全上の確認やライフジャケットの着用の練習も行ってきました。

最終的に60～70匹程度の稚魚が15cmほどの大きさに成長していました。



こぼれないようビニール袋に入れて運びます。



ね。」「長良川に戻ってきて、たくさん卵を産んでね。」「命をつないでいてくださいね。」と一人一人が願いを込めて放流をしました。

魚に詳しいCさんは、「サクラマス、サツキマスになって戻ってきてね。」と、このふるさとの川に戻ることを願って放流をしました。

子どもたちが跳ねる稚魚に驚きながら水槽からバケツの中のビニール袋に移していきました。

「ここまで大きくなれば、食べられる心配はないよね。」

「バケツの酸素が川までもつかな？」

と話しながら皆が笑顔で楽しそうに6つのバケツの中のビニール袋に移しました。

最後に酸素を十分入れてから袋の口を閉じました。

河原についたら、人一人が袋から稚魚をバケツに移しました。これまで毎日餌をやり、毎週水槽を洗って、大切に育ててきました。Cさんは、しばらくバケツの中を覗き込んで別れを惜しんでいるようでした。

河原で、最後の安全上の注意を行った後、放流です。この日を、楽しみにしていた児童たちは、目が輝いていました。そして1年生から、順番に長良川の川瀬にバケツの中の稚魚を放流していきました。

「大きくなって、また戻ってきて



【写真】放流の様子



④ 生き物を育てる活動を終えて

放流を終えた後、「アマゴ・ヤマメの里親教室」の振り返りをしました。どの児童も、無事、目標だった放流まで行きついたことで、満足感でいっぱいでした。そして、この活動を通して、学級の仲間と仲良くするための方法や大切さ、そして協力し合えることの楽しさを実感することができました。

この言葉を裏付けるように、休み時間になると以前は、バラバラにそれぞれが好きなことをして過ごしていましたが、現在は学級の仲間がさそい合ってそろって運動場に出て行って楽しく鬼ごっこなどをして遊ぶようになりました。

本学級の仲間と過ごす時間とその空間が、心地よいと感じているように見受けられました。

IV 今後の課題

(1) 子どもは幸せでないと学べない

日々の自・情学級の児童一人一人は、心の不安定さからくる様々な困り感をもっていました。その原因の一つは自己肯定感の低さからくるものであると考え、感覚統合の視点からの「サーキット運動」と心を育てる「アマゴ・ヤマメの里親教室」に取り組みました。すると、バラバラになりがちだった集団に少しずつ変化がみられるようになりました。楽しく、笑顔でサーキット運動をし、仲間と協力してアマゴ・ヤマメの稚魚を育てていく活動を続けていく中で、一人一人が学校生活の中でよい面がたくさん出せるようになっていきました。やがて、休み時間になると笑顔いっぱいみんなで仲良く遊ぶ集団になっていました。

今回、「自立活動」に取り組んでいて分かったことがあります。楽しいと感じる活動を仲間と一緒にすることは、自立活動6区分27項目の最後にある区分(6)の【コミュニケーション】⑤「状況に応じたコミュニケーションに関すること」につながっていくのではないかということです。つまり児童生徒が、相手の状況や場の雰囲気に応じて主体的なコミュニケーションを行うことができるようになっていく自分を実感できたことです。それとともに学級の仲間との一体感を感じられ一人一人の自己肯定感が高まっていきました。そういった、楽しさとやりがいを感じられる場を、自立活動以外でもどう展開していくかということが課題です。

(2) すべてのことは幸せ(ウェルビーイング)から

今回、私は特別支援教育の立場から自立活動を通して「ウェルビーイング」を実現する実践を行ってきました。目指したのは「児童生徒の日々の成長を児童生徒本人が実感し、自信がだんだんついてきて、それを教師も保護者も学校の仲間もすべての学校関係者が喜んでいくこと。」です。これからわたしたち教職員がすべきことは、子どもたちが幸せを感じられる教育の実践や今回の自立活動で得たような仲間と共に楽しさを感じられる場を、日々の授業の中でどのように展開していくかということではないでしょうか。

このことは特別支援教育のみに言えることではなく、通常学級での教育にも言えることです。だから今後は「ウェルビーイング」という考え方を学校全体で取り組んでいくとよいと考えます。

これからは、多くの先生たちが「ウェルビーイングを実現する学校教育」の理念を日々の実践に生かしていただけることを願っています。

(3) 自身の今後の課題

今回の実践を行い、これまで自立活動についての認識が不十分であったと実感しました。様々な困り感をもつ児童一人一人が、自立活動によって変化していく様子を見て、なぜ自立活動が授業時間に組み込まれたのかを理解できました。一部の感覚が十分に発達できていなかったことからくる「落ち着きのなさ」や「手先の不器用さ」などをサーキット運動で訓練したり、仲間と共に「生き物を育てる」活動でコミュニケーション能力が育てたりと、自立

活動はとても大切な授業であることを認識することができました。これからも一人一人の困り感の要因を分析し、個に合わせた自立活動の実施に引き続き取り組んで実践を積み重ねていかなければならないと感じています。それは、自立活動によって自己肯定感が高まり、それが、児童一人一人の「ウェルビーイング」の実現につながるからです。

【 出典・引用一覧 】

- ・ 文部科学省ホームページ 次期教育振興基本計画
https://www.mext.go.jp/content/20230615-mxt_oseisk02-100000597_02.pdf
- ・ 一般社団法人平和政策研究所ホームページ
鳴門教育大学准教授 木村 直子 著
「子どものウェルビーイング」を高める家庭、学校、地域社会 一子どもの安全と健康を保障するために
<https://ippjapan.org/archives/6530>
- ・ 特別支援学校 小学部・中学部学習指導要領（平成 29 年 4 月公示）
第 7 章 第 1 目標
- ・ 明治図書 渡邊 昭宏著
「自立活動の授業 de ライフキャリア教育 キャリア発達を支援する手立てと授業づくり（特別支援学校&学級で学ぶ!）」

特別支援学級（自閉症・情緒） 自立活動指導案

1. 単元名 「サーキット運動をしよう」

2. 生徒の状態

区分 児童	1 健康の保持	2 心理的な安定	3 人間関係の形成	4 環境の把握	5 身体の動き	6 コミュニケーション
Aさん	良好	入学して2週間がたち、環境の変化に慣れてきた。	他者に関心がなく、支援員さんと話をしたが、仲間に話しかけることはない。	周りを見て動くことができず、常に支援員の補助が必要。	ぎこちなさがみられる。	語彙が少なく、仲間とのコミュニケーションがとりづらい。
Bさん	良好	思い通りにならないと、すぐに大声で泣き出す。	フレンドリーで人間関係を積極的に結ぼうとする。	何かに没頭していると、周りのことがわからない。	良好	良好
Cさん	運動不足で、少し太り始めている。	不登校傾向があり、教室では仲間と別のことをして過ごす。	気の合う子とは一緒にいるが、それ以外の子は興味がない。	自分が活躍できると思ったことは積極的に活動できる。	自分の体がどう動いているのかを客観的に見るのが難しい。	安心できる人の前では、自分の話をたくさん話すことができる。
Dさん	良好	いやなことから、すぐに怒りだしたり、その場から逃げてしまったりする。	気に入った子に言うことを聞くように強制するため仲間が離れていく。	周りのことを考えずに行動してしまう。	良好	相手のことを考えない言動が多く、友好的な対応ができない。
Eさん	良好	自分を理解してくれる大人の前ではよく話す。	自分から積極的に仲間とかわる感じはないが、Cさんとは仲が良い。	周りを見て、どうすればよいかを判断して活動している。	良好	聞き漏らしても、分からないことを自分からは言えない。

3. 単元について

この単元は自立活動の「心理的な安定」「身体の動き」「コミュニケーション」を改善する活動である。この単元を通して、児童一人一人が好きなことをやりながら仲間に認めてもらえることで心理的な安定したコミュニケーションを取り、順番にサーキットを一つ一つクリアして喜びを味わうことを目的としている。

また、同時に本児童自身が集中して取り組むことを周りの人に認めてもらえることで自信を付けさせることもできると考えた。

なお、本時では、サーキット運動以外にも、「新聞紙ゲートボール」というゲームを行い、不確定な動きをする新聞紙を丸めたボールを、新聞紙を筒状にした棒で狭いコーンの間を通していくもので、新聞紙の棒でどこに転がるかわからないボールをいかに正確にコントロールしていく事ができるかにチャレンジするものである。これも感覚統合の訓練になっており、ボディイメージをつかむことにつながっていく。

4. 自立活動の関係項目

1 健康の保持	2 心理的な安定	3 人間関係の形成	4 環境の把握	5 身体の動き	6 コミュニケーション
	情緒の安定に関すること (2-1)	集団への参加の基礎に関すること (3-4)		作業に必要な動作と円滑な遂行に関すること (5-5)	状況に応じたコミュニケーションに関すること (6-5)

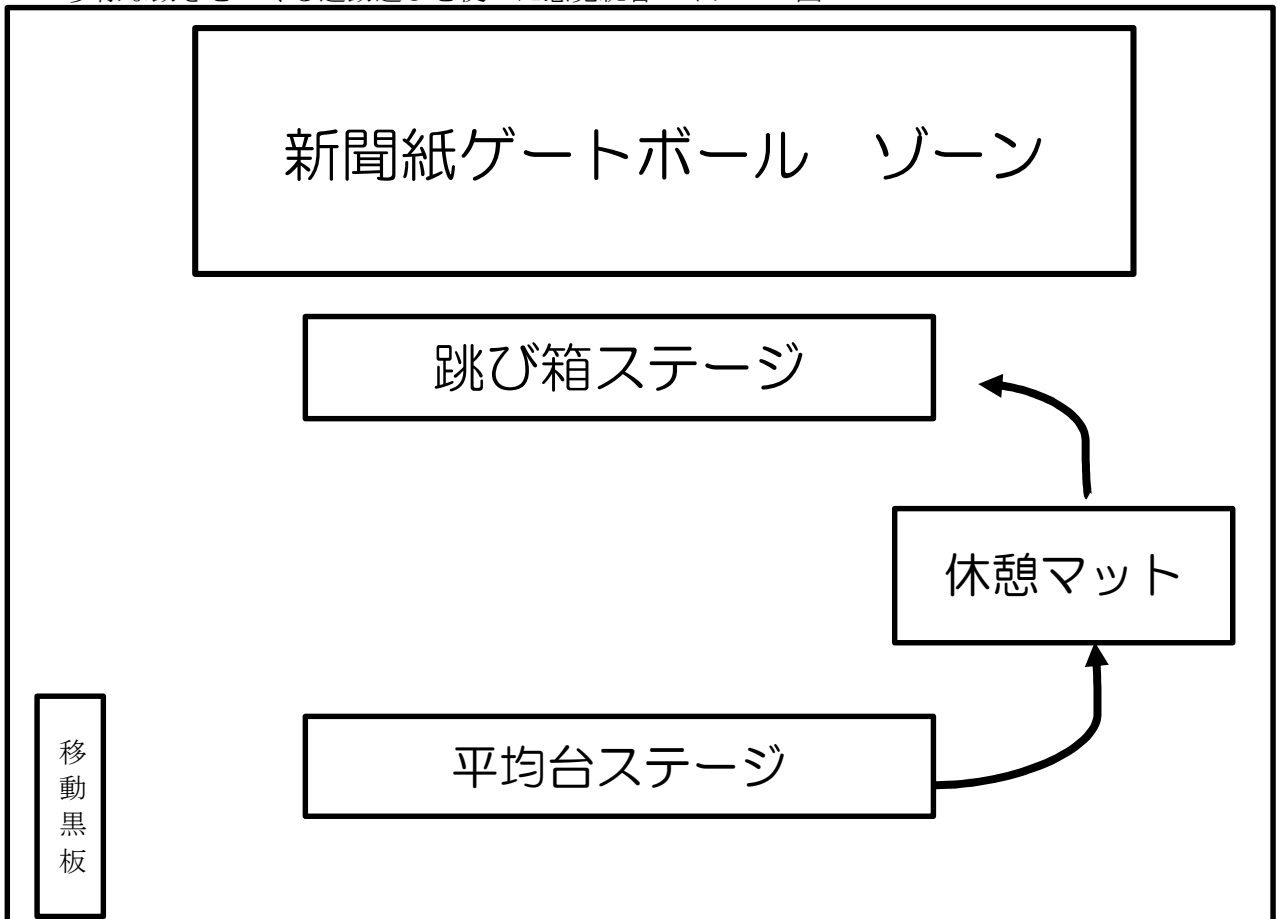
5. 指導内容

指導内容 1	指導内容 2
<ul style="list-style-type: none"> ・ 仲間に注目されても、自分のやるべきことを行えること。 ・ できたことや難しかったことなどを仲間に伝えること。 ・ 仲間が頑張っている姿に応援の声をさせること。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ サーキット活動やゲームにおいて周りの人と楽しみながら活動すること。 ・ 説明を聞いて、正しくサーキット活動を行うこと。 ・ 安全を確認しながら正しく運動器具を使用すること。 ・ 適度な速さで平均台を渡ったり、跳び箱をクリアしたりできること。

6. 指導計画

	ねらい	主な学習活動
1 学期	・ 新しく入学、入級してきた仲間と仲良くなろうとする。	・ みんなでコースを作って、仲良く遊び、主体的にコミュニケーションを展開できるようにする。
2 学期	・ 自分たちで、新しいコースを作ることができる。	・ リーダーを中心に自由にコースを作らせて、どのようにしたら安全に楽しめるのかを考えてさせていく。
3 学期	・ 仲間との安定した関係の中で、楽しむことができる。	・ 集団の中で状況に応じて協力する体験的な活動の積み重ねから構築された安定した仲間との関係の中で、サーキット活動や新しい遊びを楽しむ。

7. 多様な動きをつくる運動遊びを使った感覚統合のイメージ図



8. 本時のねらい

説明をよく聞いて、仲間と共に一つ一つ順番通りに運動器具を使うとともに、安全のため周りをよく見て行う。

9. 本時の展開

	主な学習活動	予想される反応	配慮事項 ※評価
導 入	<p>1. 会場準備</p> <ul style="list-style-type: none"> 平均台や、跳び箱、安全のためにマットを敷いて、コースを作る。 <p>2. あいさつ</p> <ul style="list-style-type: none"> 本時の学習についての説明を聞く ストレッチ 	<ul style="list-style-type: none"> 協力して、安全に気を付けながらサーキットのコースを協力してつくる。 ○今日の学習について知り、見通しをもつ。 ○怪我をしないように、しっかりストレッチする。 	<ul style="list-style-type: none"> 重い運動器具を運ぶ時は、教師の指導の下で安全に運ぶ。 低学年は、支援員と一緒にマットを運ぶ。 活動内容をホワイトボードに貼って見えるようにしておく。 タブレット端末をつかって、「モーニングストレッチ」の音楽を流す
	めあて：仲間と一緒に、サーキット運動や新聞紙ゲートボールを楽しもう。		
展 開	<p>3. サーキットタイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ルールの確認 平均台移動 跳び箱移動 サーキットにしよう (平均台と跳び箱を連続で挑戦) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ルールの説明を周りの人に聞こえるように話す。 ○バランスを取りながら平均台2台を順に渡る。 ○頑張っている仲間に対して声援を送る。 ○高さの違う3台の跳び箱を、自分なりのやり方で上り渡ろうとする。 ○上手に登れた仲間に拍手をする。 ○先ほどの平均台と跳び箱を連続して移動すればいいと理解して順番に挑戦をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ルールを一人一人が理解できているかを確認する。 不安な児童には、教師や支援員が手を添えて安心させる。 跳び箱は、高いと感じた場合は、上らなくてよい。 平均台と跳び箱を連続で乗り越える。
	<p>4. 新聞紙ゲートボール</p> <ul style="list-style-type: none"> ルールの説明 	<ul style="list-style-type: none"> ○新聞紙の棒を振り回したりしないで、順番を待って、ボールをコーンの間を通していく。 	<ul style="list-style-type: none"> 打った新聞紙ボールが大きく外れたら、ボールを元の位置に戻してやり直しができるようにする。
ま と め	<p>5. 振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> 自己評価 教師の話 <p>6. 片づけ</p> <p>7. あいさつ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○一人一人が学習の感想を話す。 ○教師の話聞き、自分たちの良かった姿を知り、次時への意欲をもつ。 ○仲間と協力して、安全に気を付けながらサーキットのコースを片づける。 ○大きな声であいさつをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ※サーキット運動、ゲームで良かった姿を認め、楽しんで活動で来ていたことを認める。 跳び箱や平均台は、教師と一緒に運ぶ。低学年は、マットを支援員と一緒に運ぶ。