

Ⅲ 資料

資料1 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
自立活動の内容例

資料2 「特別の教科 道徳」の内容



斉藤 優太郎 《ロウ画「走る馬」》

自立活動の内容例(試案)

1 健康の保持	(1) 生活のリズムや生活習慣に関すること
	① 睡眠と覚醒のリズムを形成する。
	② 健康状態の維持・改善に必要な生活のリズムを形成する。
	③ 暑さや寒さを感じとり、衣服の調節をする。
	④ 間食を控え、偏食を減らし、落ち着いて食事をするなど、適切な食習慣を形成する。
	⑤ 適切な排泄の習慣を形成する。
	⑥ 口唇や皮膚に着いた異物を洗う又はふき取るなど、清潔感を意識する。
	⑦ 食事の前や排泄の後などに手を洗う習慣を身に付ける。
	⑧ 定期的に自分で水分を補給する。
	⑨ 空気や身の回りの汚れを嫌う習慣や適度な明るさや音や温度の環境を好む習慣を形成する。
	⑩ 感染予防のため異物を口に入れないなどの清潔の保持を心がける態度や危険を避ける態度など、健康的な生活環境を保持する習慣を形成する。
	(2) 病気の状態の理解と生活習慣に関すること
	① 自分の病気の簡単な知識と病気に伴い現れてくる頭痛や微熱や気分がすぐれない等の状態があることを知る。
	② 自分の病気に伴い現れてくる状態に対する必要な対応を知る。
	③ 自分の病気に伴い現れてくる状態に注意を向け、実際に状態を確認し、それに応じた対応の仕方を体験として学習する。
	④ 自分の病気の状態に基づいて、より望ましい生活をする技能や態度を身に付ける。
	⑤ 病気の状態へ対応したり、生活の仕方を変えようとしたりする。
	(3) 身体各部の状態の理解と養護に関すること
	① 自分の身体各部の状態を知り、その状態を受容する。
	② 自分の身体各部の状態に従って、安全を確保したり、休息したりすることを体験的に学習する。
	③ 自分の身体各部の状態による行動の制限を知り、現状での適切な過ごし方を考えて実行する。
	④ 疲れたときなどに自分から休憩する。
	(4) 健康状態の維持・改善に関すること
	① 可能な運動や健康に役立つ生活の仕方を調べ、実行できる計画を立てる。
	② 可能な運動や健康に役立つ生活の仕方を実行し、維持しようとする。
	③ 肥満や栄養の偏りの解消に役立つ生活の仕方を実行し、よい食習慣を身に付ける。
	④ 好き嫌いなく何でも食べる。
	⑤ 歯のみがき方を学習し、食後に自ら歯みがきをする。
	⑥ 精神的な健康に注意を向け、自ら考えて生活の仕方を変えようと努力する。

(1) 情緒の安定に関すること	
	① 好きなもの、場所、行動パターンなどにより気持ちを和らげる。
	② 体を動かして緊張感を和らげ、今の自分の様子を知ることを通して平静な自分を取り戻す。
	③ 人と一緒に歩くことや、一緒に座ることなどを通して安心感を形成する。
	④ 情緒が安定した状態を経験し、それを持続的に味わおうとする。
	⑤ 刺激するものの少ない部屋や整理された部屋及び環境の中で、気持ちの落ち着け方を学習する。
	⑥ 気持ちを落ち着ける過程を体験を通して学習し、気持ちを調整する力を養う。
	⑦ 不安に対して沈黙や小さい発声、小さい動きなどの代償の行動で対応できる構えを形成する。
	⑧ 情緒を安定させる方法を見つけ、生活の中で体験的に身に付ける。
	⑨ 始まりと終わりの見通しをもち、情緒の安定を図る。
	⑩ 賞賛や報酬などの結果を期待して活動する。
(2) 状況の理解と変化への対応に関すること	
	① この後に起こる状況の変化をあらかじめ知ること、落ち着いて行動する経験を繰り返す。
	② 状況の変化による不安を、適度に自分で受け止める体験を重ねる。
	③ 状況の変化に対して、あわてずに気持ちを静めたり援助を求めたりするなどの態度を身に付ける。
	④ 状況の変化への対応に失敗しても、動揺を最小限にする習慣を形成する。
(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こと	
	① 安心して気持ちを集中して活動する態度を身に付ける。
	② 障害による学習上又は生活上の困難の内容が、具体的に分かる体験をする。
	③ 障害による学習上又は生活上の困難を解決する努力の仕方を具体的な体験として学習する。
	④ 障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服する価値を知り、改善・克服を自ら評価する。

(1) 他者とのかかわりの基礎に関すること	
①	自分にかかわる人やものの存在に気付く。
②	人や物への興味・関心をもち、音や動作などの模倣をする。
③	身近な人と親密な関係を築き、信頼関係のもとでやりとりをする。
④	自分の意志や希望を伝え、通じ合う経験を繰り返す。
⑤	手をつなぐなどして人と一緒に活動し、他人と過ごす心地よさを体験的に感じる。
(2) 他者の意図や感情の理解に関すること	
①	様々な活動を通して、保護者や周囲の人に対する信頼感をもち。
②	嬉しい、悔しい、悲しい、楽しいなどの多様な感情体験をもち。
③	身近な大人との関係の中で、自分の意志や欲求を身振りなどで伝えようとする。
④	保護者や身近な大人から自分に向けられた気持ちを感じとる。
④	身近な人の気持ちを察し、自分の気持ちを押しえたり、折り合いをつけようとする。
⑤	様々な活動を通して、友達を思いやる気持ちをもつ。
(3) 自己の理解と行動の調整に関すること	
①	自分の好きな人やもの、嫌いなものなどが分かり、意思を表す。
②	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する。
③	自分の気に入らないことがあっても、周りに合わせようとする。
④	自分の行動や体の動き、自分の気持ちの状態を理解する。
(4) 集団への参加の基礎に関すること	
①	人が大勢いる中で過ごす。
②	集団の雰囲気に合わせて、集団に参加するための手順や決まりを理解する。
③	集団の中での態度や行動の仕方が分かり、集団の中で安心できる体験をする。
④	実際の活動やロールプレイによって、ルールや適切な行動を理解する。
⑤	ルールを守って、集団活動に参加する。

4 環境の把握	(1) 保有する感覚の活用に関すること
	① 視覚・聴覚・嗅覚・味覚・皮膚感覚(触、圧、温、冷、痛)・運動感覚・平衡感覚・内臓感覚などの感覚を味わう。
	② 保有する感覚を使って必要な情報を得る。
	③ 保有する感覚を最大限活用し、学習や日常生活に必要な情報を適切に取り入れる。
	(2) 感覚や認知の特性への対応に関すること
	① 不快である音や感触などを自ら避けることを身に付ける。
	② 不快である音や感触に具体的な活動を通して少しずつ慣れる。
	③ 読むことや聞くこと、書くことなどの不得意な部分を得意な方法で補う。
	(3) 感覚の補助及び代行手段の活用に関すること
	① 感覚の補助及び代行手段についての必要性が分かり、自分に合う方法を使う。
	② 感覚の補助及び代行手段を適切に活用する。
	(4) 感覚を総合的に活用した周囲の状況の把握に関すること
	① 視覚・聴覚・触覚などの感覚を同時に合わせて使うことに慣れる。
	② 視覚・聴覚・触覚などの感覚を用いて情報を収集し、環境の状況を把握する。
	(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
	① 保有する感覚・知覚を総合的に用いて、大小、多少、上下、高低、前後、左右、遠近、深淺、広い狭い、厚い薄い、線と面、丸と三角と四角、凹凸と滑らか、水平と斜めなどの意味を具体的に学習する。
	② 保有する感覚・知覚を総合的に用いて、熱い・冷たい、痛い、速い(早い)・遅い、きれい・汚い、合う・合わない、良い・悪い、快・不快、危険と安全などの意味を理解し、日常生活の行動の具体的な手掛かりとして役立てるための学習をする。
	③ 保有する感覚・知覚を総合的に用いて、形の弁別、色の弁別、食べ物の弁別、物と物の一致、数と具体物の一致、空間の認知など日常生活の基礎となる概念を具体的に学習する。
	④ 他の領域・教科の学習においても種々の概念の形成を図り、活用するよう、領域・教科の学習内容と関連付けて学習する。

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
	① 意図的に座位、立位、歩く、走るなどの動作を行う。
	② 姿勢と運動・動作に現れる持続的な緊張をゆるめる。
	③ 身体各部位に少し力を入れ、意図するとおりにゆっくり動かす。
	④ 人や物に正対する。
	⑤ 自ら自分の体に触れたり、動かしたりして、自分の体のイメージを養う。
	⑥ 両足を床につけて、体幹を床に垂直にして椅子に座る。
	⑦ 両足を伸ばして座る、膝を立てて座る、しゃがむ、中腰になる、腰を曲げる、背筋を伸ばす・反らせる、立ちあがる、両足で踏みしめて立つなどの体の動かし方を練習する。
	⑧ 立位のままで重心を前後左右へ移動させる。
	⑨ 障害物の超え方や階段の昇り降り、転んで手をつくなどの動作を習得する。
	⑩ バランスをとりながら様々な動作をする。
	(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
	① 補助手段を用いて、姿勢保持や運動・動作ができるようにする。
	② 自らの状態に合った姿勢保持や運動・動作の補助的手段について考え、適切に活用する。
	(3) 日常生活に必要な基本動作に関すること
	① 安定した座位を確保しながら、両腕を体の前へ伸ばす。
	② 身体の正面で両手を合わせたり、指を握ったり開いたりする。
	③ 身体各部位を指先で触る。
	④ 自分の手の動きを目で追う。
	⑤ 咀嚼やくや飲み込むときに必要な部位を動かす。
	⑥ 食事に必要な目や手の動きや口の動き、及びそれらの協応する動作を学習する。
	⑦ 排泄に必要な立位、中腰位、座位や呼吸の仕方などを体験として学習する。
	⑧ 衣服の着脱、洗面、入浴などに必要な体の動きを一連の動きとして学習する。
	(4) 身体の移動能力に関すること
	① 立位姿勢の安定、重心の移動、踏み出す動作及び自分に合った足の運び方などを学習する。
	② 歩くときや走るときの手や足の協応動作や調整力をつける。
	③ 移動の補助的手段を利用するときの体の動かし方を学習する。
	④ 目的地まで移動するための手段や方法を考える。
	(5) 作業に必要な動作と円滑な遂行に関すること
	① 大小や厚い薄いなど種々の状況に応じたものの持ち方や握り方、力の入れ方を学習する。
② 作業に必要な姿勢や体の動かし方を学習する。	
③ 一定時間同じ姿勢を保って作業をする。	
④ 作業を速く正確に、一定時間持続的に行う。	
⑤ 全身の力のコントロールの仕方を考えて作業をする。	

(1) コミュニケーションの基礎的能力に関すること
① 人への興味・関心をもち、身近な人と関わろうとする。
② 視線、表情、身振り、発声、発語、シンボルマークの使用など、保有するコミュニケーション能力を活用する。
③ 心理的な安定を図り、人を見たり視線を合わせたりして注意を向ける。
④ 『いやだ』『もう一度』などの意思の表出が、相手に届いたことを理解する。
⑤ コミュニケーションすることにより気持ちを落ち着かせ、自分の気持ちを満足させる体験をする。
(2) 言語の受容と表出に関すること
① 身近な人からの言葉かけによって、安心感を得る。
② 相手からの働き掛けに注意を向け、反応する。
③ 相手の示した文字やシンボルマークや発語の意味を理解し、対応する。
④ 相手の発語に注意を向ける。
⑤ 自分の発声・発語の模倣を聞き、自分の発声・発語に気付く。
⑥ 口唇や舌などの動かし方を改善して、正しい構音を学習する。
⑦ 自分の発声・発語が他者の注意を自分に向け、特定の意味を示したことを体験により理解する。
⑧ 非言語のコミュニケーション手段、音声や簡単な単語など、自分に合ったコミュニケーションの方法を学習する。
(3) 言語の形成と活用に関すること
① 心理的な安定を図り、言語を使おうとする態度や習慣を形成する。
② 自分の発声・発語が意図したとおりに相手に伝わり、自分の役に立つ経験を多くする。
③ 日常生活で使う物の名称や使用頻度が高いことばの使い方を学習する。
④ コミュニケーションに使える言語を獲得する。
⑤ 言語とそれが意味する行動との一致を体験的に理解する。
⑥ 日常生活で使うまとまりのある簡単な会話を練習する。
(4) コミュニケーション手段の選択と活用に関すること
① 障害の状態に合わせて、発声・発語、視線、表情、身振り、シンボルマーク、写真、電子機器などを利用したコミュニケーション手段を選択し、その手段に慣れる。
② コミュニケーションの補助的・代替的手段をどこでも使えるようになる学習をする。
(5) 状況に応じたコミュニケーションに関すること
① 誰とでも最小限のやりとりをする。
② 誰の話でも、気持ちを落ち着けて聞く。
③ 必要なときに必要なことを尋ねる。
④ 自ら危機的状況を知らせる。

※ 「特別支援教育シリーズ2 学習指導要領と新しい試み 『生きる力』をはぐくむ実践を中心に」
(大南 英明 著 ジアース教育新社 P37～46)を参考に作成