

知的障害教育特別支援学校	氏名 文倉 花菜
--------------	----------

[全体計画]

高等部第*学年 自立活動学習指導案

日 時：令和2年*月*日 9:40～10:30
場 所：高等部*年*組教室

1 題材名

「やってみよう！動いてみよう！」

2 題材について

(1) 対象となる生徒の実態

対象となる生徒は、高等部*年生の女子であり、広汎性発達障害、睡眠障害を有している。発語はなく、排泄も自立していない。動画を見たり、塗り絵をしたりするのが好きで、気持ちが安定している時は、指示を聞いて行動したり、落ち着いて活動に参加したりすることができる。また、コミュニケーションでは、指差しやサインを使うことができ、塗り絵の色や塗りたい場所を指差して伝えたり、自分の見たい動画も指差して伝えたりすることができる。排泄時においても、「トイレ」「お願いします」などの簡単なサインや、お辞儀などは、教師からの言葉かけがあればできることが多い。

しかし、その一方で、気持ちの切り替えが苦手な面があり、切り替えができないと、自傷行為や他傷行為をしたり、やりたくない活動や自分の気持ちが通らない場面では、わざと排便や座り込みをして動かなくなったりすることがある。周囲の状況の把握に関しては、一瞬だけ視線を送り、確認することができ、関心の高い連絡帳や制服が置いてある近くで教師が動いていると、追視して気にしている様子が多くみられる。友達への関心よりも、まだ自分の好きなことへの興味関心が強いことから、制服に執着があり、制服を着用していたいがゆえに、体操服への着替えに抵抗を示し、わざと体操服を濡らしたり、体操服着用時に水をかぶったりして、制服に着替えようとしたりすることがある。身体の動きとしては、ストレッチなどの簡単な動きの模倣をすることができるが、全体として動きが小さく、身体全体を使うことが難しい様子がみられる。

以上のようなことから、本生徒は、落ち着いていれば場所や場面の変化に応じることができ、周囲の状況への注意力が高いと思われる。また、要求を叶えてくれる人がわかり、その人に対して働きかけることもできる。生活上の困難の大きな背景要因としては、睡眠障害があげられる。睡眠時間の乱れにより生活リズムが安定しておらず、日中の生活や心理的な安定に影響を与えている。また、抵抗すること以外の意思表示の未熟さから、自傷行為や他傷行為につながってしまったり、日中の体調面での不調から経験が狭くなり、自信をもってできることが少なくなったりして、活動に参加する意欲を低下させていると考える。

(2) 題材設定の理由

本生徒は高等部*年生であり、卒業後の姿を考えると、心理的な安定を図りながら、落ち着いて生活することが重要なことだと考える。経験の少なさからくる活動への不安や興味関心の狭さを考えて、今後の生活のためにも、経験を重ねていくことで、できることを増やし、自己肯定感を高めていきたい。本生徒は、学習活動へ参加することに難しさがあり、活動時には抵抗を示して参加できないことが多い。特に体育に苦手意識をもっており、今年度1回目は体育館の入り口で座り込む行動があったが、他の生

徒が活動している様子を教師が側で言葉かけをしながら一緒に眺め、2回目では中に入り活動の雰囲気味わうことで、3回目は活動に1度参加し、4回目には授業に参加することができるまでになった。このように、本人ができない、やりたくないと感じ、参加に抵抗を示していた活動も、経験を重ねることによってできるようになってきている。そこで、まずは身体を動かすゲームに参加する活動を通して、活動の雰囲気を味わったり、環境に慣れたりしながら、学習活動に参加する経験を増やしていきたい。また、身体を動かす活動から、自分の身体のイメージをもてるようにすることで、身体感覚を活用して周囲の環境の把握ができるようにし、日常生活でできる動きを増やせるようにしたい。さらには、活動に対する不安や抵抗感を少なくし、心の安定を図ることを目指したい。本単元では、特別支援学校学習指導要領自立活動6区分27項目のうち、「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こと。」「2心理的な安定(1)情緒の安定に関すること。」「4環境の把握(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。(3)日常生活に必要な基本的動作に関すること。」に焦点を当て、体力や筋力の維持、日常生活でできる動きを増やし、生活リズムや気持ちの安定を図ることをねらいとする。そして、これからの学校生活や卒業後の生活に生かせるように取り組んでいきたい。

(3) 指導目標とリストアップされた項目及び具体的な指導内容

長期目標	気持ちの切り替え方法を知り、落ち着いて活動することができる。
短期目標	<ul style="list-style-type: none"> ・ 3つの選択肢の中から、好きなものややりたいことを選ぶことができる。 < 1-(1)、2-(2)、5-(1)(3)、6-(1)(4) > ・ 身体を大きく動かしたり、身近なものを操作するために必要な身体の部位を動かしたりする。 < 1-(1)、2-(1)、4-(4)、5-(1)(3) > ・ 決められた時間(20分間)、活動に参加することができる。 < 1-(1)(2)、3-(1)、4-(4)、6-(1)(2)(4) >

項目リストアップ	健康の保持	心理的な安定	人間関係の形成	環境の把握	身体の動き	コミュニケーション
	(1)生活のリズムや生活習慣の形成に関すること。	(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。	(1)他者とのかわりの基礎に関すること。	(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。	(1)姿勢と運動・動作の基本的技能に関すること。 (3)日常生活に必要な基本的動作に関すること。	(1)コミュニケーションの基本的能力に関すること。 (2)言語の受容と表出に関すること。 (4)コミュニケーション手段の選択と活用に関すること。
指導内容	活動の絵カードや写真を提示し、教師や本人が選んだ活動を行う。繰り返し行い、カードの有効性に気付けるようにする。		身体を動かす活動を通して、体力や筋力を維持したり、日常生活でできる動きを増やしたりする。身体を動かして、生活リズムや気持ちの安定を図る。		活動内容と活動時間を教師と一緒に確認し、見通しをもって授業に参加できるようにする。	

(4) 指導にあたって

指導にあたっては、生徒が学習活動に自信をもって取り組むことができるように、これまでの授業や日常生活で実践したことのある動きを使った活動を行う。身近なものを操作しながら、身体の部位の動かし方を習得し、日常生活でできる動きを増やしていくことにつなげていきたい。さらに、活動を通して、自分でできることを増やして日常生活を安定して過ごしたり、自分の身体のイメージをもったりすることで、活動に対する不安感や抵抗感を少なくし、心の安定を図りながら落ち着いて生活することができるようにしていきたい。また、活動へのスムーズな参加を目指して、写真で活動を示したり、生徒の興味のある課題に取り組んだりする。個別課題では、2つの選択肢から選んで活動することを通して、意思を表示する方法に気づき、日常生活に活用したり、教師側が提示した活動を一緒に行って、生徒の興味関心を広げたりしていきたいと考える。

3 指導計画

次	時間	ねらい	指導内容
一	6	<ul style="list-style-type: none">・身体を大きく動かして、手足の連動性、関節の動かし方など、自分の身体のイメージをもって、身体の動かし方を知ることができる。・指示を聞き入れて、身体を動かす活動に参加することができる。・活動の絵カードを用いて、2つの選択肢から選んで活動することができる。(個別学習)	<ul style="list-style-type: none">・足を上げてまたぐ、低い姿勢でくぐる、物を運ぶなど、身体を大きく動かす活動を行う。・選んだカードの活動を、時間や回数を決めて行う。(個別学習)
二	6	<ul style="list-style-type: none">・身辺処理や学習に必要な動作を身に付けることができる。・指示を聞き入れて、着席して活動に参加することができる。・指先の巧緻性を高めることができる。・活動の絵カードを用いて、3つの選択肢から選んで活動することができる。(個別学習)・活動の選択肢を増やし、生徒の興味関心を広げることができる。(個別学習)	<ul style="list-style-type: none">・ふた閉めや洗濯ばさみなど身近な物を使って指先の運動、巧緻性の向上に取り組む。・よく見て操作することに取り組む。・選んだカードの活動を、時間や回数を決めて行う。(個別学習)
三	本時 3/6	<ul style="list-style-type: none">・道具や自分の身体を操作しながら活動に取り組み、これまで学習した動きを生かすことができる。・指示を聞き入れて、活動に参加することができる。・生活リズムや情緒の安定を図ることができる。・活動の絵カードや活動に使うものを用いて、2つの選択肢から選んで活動する。課題が終わったら、好きなことができるという活動を通して、見通しをもつことや気持ちの切り替え方に気付くことができる。(個別学習)	<ul style="list-style-type: none">・これまで学習した動きを取り入れて、粗大運動や微細運動に取り組む。・生徒が選んだ物で活動を行う。(個別学習)・活動の順序を確認し、見通しをもつ。

4 本時の指導

(1) 目標

- ・身体を動かす活動に、合わせて15分参加することができる。
- ・道具を使って身体や指先を動かすことができる。

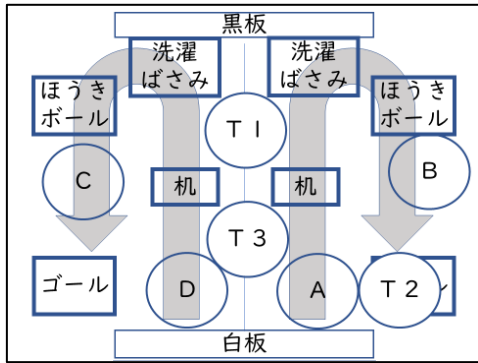
(2)教材・教具

机、雑巾、霧吹き、洗濯ばさみ、靴下、ほうき、新聞紙、箱、磁石

(3)展開 ※形態の表記は、全体：全、グループ：グ、個別：個

	主な学習活動・内容	教師の手立て ※評価は□で囲む							
全 5	<p>1 はじめの挨拶をする。</p> <p>2 本時の学習内容と目標を知る。</p> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr> <td>1 ストレッチ</td> <td rowspan="3" style="font-size: 2em; vertical-align: middle;">}</td> <td>台ふき</td> </tr> <tr> <td>2 チャレンジサーキット</td> <td>洗濯物干し</td> </tr> <tr> <td>3 個別課題</td> <td>ほうきではく</td> </tr> </table>	1 ストレッチ	}	台ふき	2 チャレンジサーキット	洗濯物干し	3 個別課題	ほうきではく	<ul style="list-style-type: none"> ・当番の生徒に挨拶をするよう言葉をかけたり、姿勢を正して前を向くよう全体に促したりする。 ・生徒が見通しをもつことができるように、黒板に学習内容を提示し、説明する。
1 ストレッチ	}	台ふき							
2 チャレンジサーキット		洗濯物干し							
3 個別課題		ほうきではく							
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 5px auto;"> <p>道具を使って身体や指先を動かそう</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・目標を提示して読み上げることで、目標を確認できるようにする。 							
全 10	<p>3 「ストレッチ」を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・タオルを使ったストレッチを行う。 ・上に伸ばす動きと前屈 ・上半身の側面を伸ばす動き ・身体をひねる動き ・肩甲骨を寄せる動き ・背中と肩を伸ばす動き ・肩回し <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px auto; width: 200px; text-align: center;"> <p>黒板</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・T1はBとDに対して、ストレッチをする部分に手を添えたり、分かりやすい言葉で説明したりする。 ・T2はAに対して、Aの目の前でT1の動きを模倣して動きが分かるようにしたり、動きをサポートしたりする。気持ちの切り替えができないときには、落ち着くまで側で見守る。 ・T3はCに対して、落ち着いて活動できるように側で見守り、静かに参加できている時には称賛する。 ・タオルを使うことで、ストレッチをする部分をわかりやすくする。 							
全 20	<p>4 「チャレンジサーキット」を行う。</p> <p>(1) 活動内容の話を見聞きする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・コースを見て確認する。 ・身体の動かし方を見て確認する。 <p>(2) ペアを聞いて確認する。</p> <p>(3) チャレンジサーキットを行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・机を拭く。 ・靴下を洗濯ばさみで干す。 ・ボールをほうきで掃いてゴールに入れる。 ・1周戻ってきたら表(白板)に磁石を1個貼る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・T1はコースの説明を行って、実際の身体の動きや道具の使い方を見せることで、生徒がイメージをもちやすいようにする。 ・T2は、AがT1の動きを見ることが難しいときは、タブレットで動きの動画を見せる。 ・T3はCに対し、静かに話を聞くことができるように言葉をかける。 ・顔写真を提示して、ペアを組む相手がわかるようにする。 ・T1はそれぞれの生徒が活動を継続できるように、よくできている動きを見つけて称賛したり、励ましたりする。 ・T2とT3はAに対し、側で動き方を言葉かけしたり、手を添えて動きをサポートしたりして、できるだけ一人でコースを回れるように促す。 ・T1はCに対し、自信をもってスムーズに動くことができるように、よくできている動きを称賛したり、動きをジェス 							

※交代しながら動きを繰り返す。

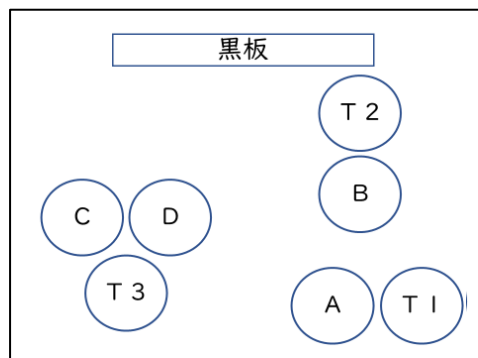


- (4) 振り返りを行う。
- ・コースを何周できたか、各自目標を達成できたか、確認する。
- (5) 片付けと準備を行う。
- ・机を移動する。
 - ・ほうきを片付ける。
 - ・ボールを集める。
 - ・個別課題で使う個人机を用意する。

個 5 3グループに分かれて「個別課題」
13 を行う。

(Aの活動内容)

- ①洗濯ばさみをカードにつける活動を行う。
- ・洗濯ばさみをつけるカードを選ぶ。
 - ・2セット行う。
- ②洗濯ばさみの活動が終わったら、絵カードから好きな活動を選び、活動する。



個 6 終わりの挨拶をする。
2

チャーで伝えたりする。

- ・1周できたら磁石を1個貼ることで、達成感を味わえるようにする。

【評価】

道具を使って身体や指先を動かしている。

〈1-(1)〉〈2-(1)〉〈4-(4)〉〈5-(1)(3)〉

- ・T1は、結果表をもとに活動の成果を一人一人に伝え、頑張りを称賛する。
- ・T1は、使った道具を協力して片付け、次の活動の準備ができるように、一人ずつ役割を分担する。

- ・個別課題における活動内容を説明し、見通しをもつことができるようにする。活動を頑張ったら、好きなことができることを伝える。

- ・Aが洗濯ばさみのセットを2つの選択肢から1つ選ぶことができるように、ジェスチャーで示したり、手元の教材を指さして注目できるようにしたりする。教材を見ていないときには、顔の高さで提示し見るように促す。
- ・洗濯ばさみを手渡すことで動きを促す。
- ・活動の絵カードを提示し、やりたい活動を選ぶように促す。
- ・選んだカードに書かれている活動を確認し、一緒に行く。
- ・時間になったら活動を終わることを説明し、タイマーを設定する。
- ・タイマーが鳴ったら活動をやめて片付けをする。

【評価】

身体を動かす活動に、合わせて15分参加している。

〈1-(1)(2)、3-(1)、4-(4)、6-(1)(2)(4)〉

- ・Aに挨拶をするよう言葉をかけ、姿勢を正すように促す。