

WAKABA

令和8年1月29日発行 文責:浅川

自立活動の研修会より

先日、本校において、あけぼの支援学校 研究研修・自立活動係 村松竜先生を招き、本校職員対象の「自立活動研修会」を開催しました。改めて自立活動について考えるよい機会となり、今後の実践につながる研修となりました。今回の研修で学んだ自立活動の基本的な考え方や指導のポイントについてご紹介します。

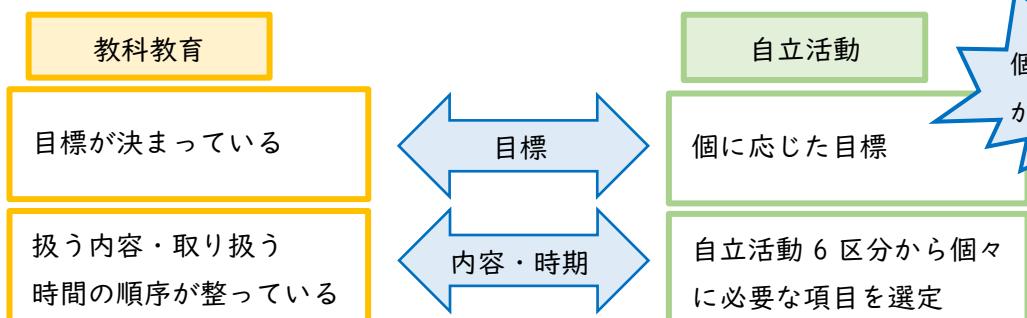
自立活動って何?

「自立活動」は、特別支援学校、特別支援学級、通級による指導の教育課程に設けられている指導領域です。生きていくうえで必要な力や障害による学習・生活の困難を改善するための指導です。学習指導要領では下記の6区分で示されています。

【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】

※特別支援学校教育要領・学習指導要領解説 自立活動編

教科との違いは?



自立活動で大切なことは?

・『中心的な課題』を見つける。

- ① 将来を見据えた課題
今すぐ改善することは難しいが、その子の将来を見ると取り組む必要のある課題。
- ② 複数の課題と関連している課題
他の課題と多く関連していたり、複数の課題の原因となっていたりする課題。
解決すると他の課題にもプラスの影響があると想定される。
- ③ 生活をよりよくするための課題
生活していくうえで特に困難と思われる課題。改善することで、よりよい学習や生活をおくことができる。

～のぞいてみよう自立活動～

①将来を見据えた課題：「コミュニケーションの力」
自立活動6区分：人間関係の形成、コミュニケーション
目標：言葉での指示を聞き、行動に移すことができる。
友達や教師と言葉でやり取りする経験を積む。
内容：ペアで「指示役」と「ロボット役」に分かれ、指示役が「すすむ」「みぎにまがる」などの言葉でロボット役をゴールまで導く。



②複数の課題と関連している課題：「自分の体に対する意識の弱さ」
自立活動6区分：身体の動き、環境の把握
目標：手指の巧緻性を養う。
内容：折り紙
両手を使ってビー玉を落とさないようにする。



②複数の課題と関連している課題：「緊張の強さ」
自立活動6区分：身体の動き、環境の把握、心理的安定
目標：体を伸ばしたり力を抜いたりする。
内容：ゆったりした音楽に合わせて、教師が体を伸ばすなど心地よい刺激を与える。生徒が働きかけに合わせて自然に力を抜き、リラックスできるように促す。



③生活をよりよくするための課題：「口・舌などの動き」
自立活動6区分：身体の動き、環境の把握、心理的安定
目標：呼気のコントロールや唇の動きを意識する。
内容：ストローで息を吹きかけてティッシュを飛ばす。
ピンポン玉を吹いて坂を転がして穴に落とす。

＜訪問支援について＞

今年度も、本校のセンター的機能を活用していただき、ありがとうございました。

R7年度の訪問支援の受付は終了しました。

来年度も本校は、障害のある子どもたちが、共に地域の学校で学んでいけることを目指し、センター的機能の発揮に努めていきます。よろしくお願ひいたします。

山梨県立わかば支援学校

〒400-0226 南アルプス市有野3346-3

受付時間 月・火・水・木 9:30~16:30

TEL:055-285-1750 FAX:055-285-5827

担当:インクル推進部 (五味 優紀 鮫田 直子 田中めぐみ 近藤 瞳)

【URL】 <http://www.wakabay.kai.ed.jp/>

【E-Mail】 wakaba-yg@kai.ed.jp

