

小学校 特別支援教育 部会

部会長 中元寺小学校 校長 吉松 信吾

実践者 伊方小学校 教諭 児玉 啓子

1 研究主題

特別支援学級の集団における授業づくり

～自立活動の時間における指導の実践を通して～

2 主題設定の理由

(1) 本校の特別支援学級における課題から

本学級に在籍する児童は、私が初め担任を受け持った平成27年度においては、1年生1名、2年生2名、4年生1名、5年生2名の計6名であった。平成28年度においては、2年生2名、3年生2名、5年生1名、6年生2名の計7名である。担任を受け持つ前は、4名の児童が在籍していたので、比べると1.75倍増えたということになる。人数の増加に伴い、個別での学習指導の時間の確保が難しくなることが考えられた。

「実態に差があり、学習の組み立て方が難しい」、「全員が揃っていてもできる学習内容はないだろうか」と悩んだが、小集団を生かした自立活動の時間を教育課程に編成し、児童が障害による困難さを改善・克服していくことを目指した。

(2) 子どもたちの実態から

本学級の児童は、個によって障害の程度は違うものの、共通して言えることは、課題に集中しづらい、視力に問題はないが、見本をよく見て形や特徴をとらえることが苦手、身体の動かし方が不得手で運動が苦手等の実態がある。教室での様子を見ると、少人数の中では自分の意見を堂々と言ったり、分からないときには「分かりません」「教えて下さい」など意思表示をはっきりできる児童がほとんどである。また、異学年集団のため、高学年の児童が低学年の児童に教えたり、高学年が見本になったりして、活躍する場があることから、伸び伸びと学習している。そこで、日常生活や学習における様々な困難や不自由さや苦手なことを少しでも減らし、得意なことに自信が持てるよう伸ばすことができるよう、本学級の児童の指導を一層充実させるために、「自立活動」に焦点を当て、その指導の方策を明らかにすることをねらいとした。

3 主題の意味

(1) 自立活動の時間における指導とは

自立活動の目標は、「個々の児童又は生徒が自立を目指し、障害による学習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的基础を培う。」であり、学校の教育活動全体を通して個々の児童生徒の自立を目指すことも示したものである。自立活動の内容は、人間として基本的な行動を遂行するために必要な要素と、障害による学習上又は生活上の困難を改善

・克服するための必要な要素で構成されている。それらの代表的な要素である26項目を6つの区分に分類・整理したものをまとめると、次のようになる。

区分	項目
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) 病気の状況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) 健康状態の維持・改善に関すること
2 心理的な安定	(1) 情緒の安定に関すること (2) 状況の理解と変化への対応に関すること (3) 障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服する意欲に関すること
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 (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
4 環境の把握	(1) 保有する感覚の活用に関すること (2) 感覚や認知の特性への対応に関すること (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の把握に関すること (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
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 (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 (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
6 コミュニケーション	(1) コミュニケーションの基礎に関すること (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

【資料1 自立活動の区分・項目】

これらの6区分26項目の中から個々の児童生徒に必要とされる項目を選定し、それらを相互に関連付けて具体的な内容を指導することが必要である。「自立活動の時間における指導」とは、学校の教育活動全体を通じての指導とは違い、時間割の中に自立活動の時間を特設して指導することである。

4 研究の目標

児童が障害による困難さを改善・克服していくために、特別支援学級の集団における授業づくりを通して、自立活動の時間における指導の在り方を究明していく。

5 研究の仮説

自立活動の時間において、次のような工夫を行えば、児童が障害による困難さを改善・克服していくための力を身につけられる授業づくりができるであろう。

(1) 実態の把握と整理

個別の教育支援計画や指導計画、就学サポートノートなど現在使用している資料を活用する。

(2) 自立活動の指導における課題の整理と目標の設定

「自立活動の指導の手引き」（福岡県教育センター）の「手順モデルシート」を活用し、児童の実態に応じて授業を組み立てていく。

6 研究の計画

(1) 実態把握

児童生徒の困難なことだけを把握するのではなく、得意なことや好きなこと等も生活全体の中で把握する。担任だけでなく、保護者や関わりのある教職員とも情報共有をする。障害の状態、生育歴、基本的な生活習慣、人や物との関わり、コミュニケーションの状態、好きなことや苦手なこと、得意不得意、学習上の配慮事項や学力等、前年度の個別の教育支援計画や指導計画や就学サポートノートを活用し、実態把握を行う。また、年度初めの家庭訪問で、保護者の願いや本人の思いを聞き取り、学校生活全般における長期目標や短期目標を一緒に考えていく。

(2) 「手順モデルシート」の活用

「自立活動の授業づくり手順モデルシート」の各欄の順番（「1. 実態把握」→「2. 指導目標」→「3. 項目選定」→「4. 具体的な指導内容」）に沿って、書かれている説明に答えながら必要な内容を記入し、優先すべき課題、具体的な指導内容を決定する。

(3) 具体的な指導内容

① 体幹トレーニング

体幹トレーニングとは、肩からお腹、腰回りから太もも、背中にかけての筋肉を鍛えることをいい、体幹トレーニングを行うことにより体の土台をしっかりと作ることができる。運動の基礎的運動

（「姿勢制御運動」・・・立つ、寝る、回る、転がるなど「移動運動」・・・歩く、走る、跳ぶなど）やコーディネーション運動（「操作運動」・・・投げる、キャッチするなどの体の連携を伴う動き）を鍛えることで、運動が苦手な子どもたちで

【自立活動の授業づくり手順モデルシート】

1. 子どもの生活や学習において、本人が特に困っているところを書いてみましょう。
※何を書いてよいかわからないとき、「ヒント1」を使ってみましょう。

1. 実態把握

- ・自閉症スペクトラム
 - ・いつもと違うことに対する不安が高い。
 - ・身体の動きがぎこちなく、力の入れ方や抜き方が不安定。
 - ・体幹が弱く、しなやかな動きが苦手。
 - ・慣れない相手に話しかけたり、視線を合わせたりすることができない。
 - ・注視することが難しく、目の前のものに対して気づくのが遅い。

2. 「実態把握」をもとに、優先する目標を1つ選び、長期的目標（1年後）を書いてみましょう。
※何を書いてよいかわからないとき、「ヒント2」を使ってみましょう。

2. 指導目標

- 長期（期：1年間）
 - 運動の基礎的運動（「姿勢制御運動」・・・立つ、寝る、回る、転がるなど「移動運動」・・・歩く、走る、跳ぶなど）を鍛え、体の土台をしっかりと作ることができる。
 - 見えにくさからくるさまざまな困難を改善することができる。

3. 指導目標を達成するために必要な項目を、選んでみましょう。（チェックする）
※何をチェックするかわからないとき、「ヒント3」を使ってみましょう。

3.1 健康の保持	3.2 心理的な安定	3.3 入浴時の準備	3.4 服の把握	3.5 身体の動き	3.6 コミュニケーション
<input type="checkbox"/> 日常生活の自立 <input type="checkbox"/> 生活習慣の形成 <input type="checkbox"/> 自立した生活を送ることができるように指導する。	<input type="checkbox"/> 2つの課題の達成 <input type="checkbox"/> 2つの課題の達成 <input type="checkbox"/> 2つの課題の達成 <input type="checkbox"/> 2つの課題の達成 <input type="checkbox"/> 2つの課題の達成	<input type="checkbox"/> 入浴時の準備 <input type="checkbox"/> 入浴時の準備 <input type="checkbox"/> 入浴時の準備 <input type="checkbox"/> 入浴時の準備	<input type="checkbox"/> 服の把握 <input type="checkbox"/> 服の把握 <input type="checkbox"/> 服の把握 <input type="checkbox"/> 服の把握	<input type="checkbox"/> 身体の動き <input type="checkbox"/> 身体の動き <input type="checkbox"/> 身体の動き <input type="checkbox"/> 身体の動き	<input type="checkbox"/> コミュニケーション <input type="checkbox"/> コミュニケーション <input type="checkbox"/> コミュニケーション <input type="checkbox"/> コミュニケーション

4. 指導目標を達成するために、「選定された項目」を関連づけて、具体的な指導内容を1～3つに、まとめてみましょう。
※何をまとめてよいかわからないとき、「ヒント4」を使ってみましょう。

4. 具体的な指導内容

- 体幹トレーニングを行う。
- 姿勢制御運動を行う。
- 移動運動を行う。
- コーディネーション運動を行う。
- コミュニケーション運動を行う。

自立活動の時間における指導へ
各教科等における自立活動の指導

【資料2 手順モデルシート】

も効率よく体を動かせるようになり、身体能力を向上させることをねらった。運動能力が上がれば、すべての動きに置いて機敏な動作の手助けになり、スポーツにおける運動能力を高めることができ、また機敏な動作ができることにより、いざ危険な場面でもとっさに回避する能力が身につく。例えば転びそうになったときに自然に手足が前に出て転ぶのを避ける、ボールが顔面に飛んで来たらとっさに避けることができる、そうした危機回避能力が高めることにも期待できる。また、体幹トレーニングを行うことにより良い姿勢にもつながる。姿勢を良くして運動能力を高めることができれば、自信を持って運動に取り組むことができ、体育の時間で交流学級の中でも気後れせずに体を動かすことができるのではないかと考えた。

②ビジョントレーニング

見る力を高めるためのトレーニングで、大きく分けて以下の3つの種類がある。

ア. 眼球運動トレーニング・・・見たいものを眼でとらえ、すばやくピントを合わせるトレーニング。文字を書き順通りきれいに書ける、文章をつかえずに読める、板書を写すスピードがアップするなどの効果が期待できる。

イ. 視空間認知トレーニング・・・眼で見たものの形や色、距離感を正しく認識するためのトレーニング。字や図形を正しくかけるようになる、記憶力がよくなるなどの効果が期待できる。

ウ. 眼と体のチームワークトレーニング・・・ボールをキャッチするなど、眼からの入力情報に合わせて、思う通りに体を動かすトレーニング。球技やダンスが上手になる、手先が器用になるなどの効果が期待できる。

この3つのトレーニングによって、「眼で対象物をとらえる」「脳で認識する」「体を動かす」という一連の機能が高められる。音読の際に同じ行を何回も読んだり、読んでいる場所が分からなくなったりする、文字がマスからはみ出したりする、投げられたボールをうまく受け取ることができないなどの「見えにくさ」からくるさまざまな悩みを解決できるのではないかと考えた。

(4) 時間割の工夫

1時間目を全員集まる時間とし、「なのはなタイム」として自立活動の指導を行った。月、水、金は、体育館でストレッチ、インターバル走、体幹トレーニングを中心とした活動を行う。適宜、スポーツテスト前や全校の体力向上の取り組み期間には、練習する時間も設ける。火、木は、教室でビジョントレーニングを中心とした活動を行う。ストレッチ、座位中心の体幹トレーニングも同時に行う。

7 指導の実際

(1) 体幹トレーニング

いくつかのトレーニングを組み合わせで行った。楽しく続けるために、曲をかけながら行ったり、トレーニングの内容を定期的に変えたりして工夫した。



【写真1】

うつぶせ体幹 両肘と両足の4点で、1本の柱にした体を支え、10秒間、姿勢を保持する。おしりが下がってくることもあったが、声かけをすると自分で位置を整えることができるようになってきた。

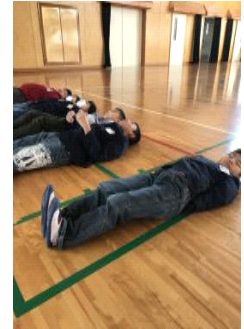
トンボバランス



片足で立ち、両手で支えて体を前に倒し、バランスを保った状態で10秒キープ。頭のとっぺんから上げたほうの足まで、まっすぐピンと伸ばすことがポイント。足が下がってしまうこともあったが、一直線にすることを意識して行えた。

【写真2】

足上げ腹筋 あおむけになり、両足を少しだけ浮かせた状態で30秒キープ。お腹の下の筋肉を鍛える。初めは、5秒もキープしておくことが難しかったが、少しずつ時間が長くなり「きつい～」と言いつつも30秒保持することができるようになった。



【写真3】

あおむけ体幹



あおむけになり、両肩を床につけた状態で腰を浮かせてブリッジを作り、肩から膝までを一直線に保つ。20秒から30秒と保持する時間が延び、お尻が下がらなくなってきた。

【写真4】

(2) ビジョントレーニング

3つのことば



3つの単語のかたまりを、一つ一つの単語を区切りながら声に出して読む。難易度をアップさせて、単語の間に区切り線がないものにも取り組んだ。【資料3、4】最初のうちは、読む行に定規を当ててどこを読めばいいか分かりやすくして読んだが、徐々に眼で追えるようになってきた。リズムカルに読むのはまだ難しい。

【写真5】

40 3つの言葉 <基礎編①> P110

やくわり/はたる/あみ ふたり/はなし/へそ もち/おわり/のりまき うみ/めい/し/ふた
 さる/せな/か/あき あいさつ/かわ/せな/か ひび/たたみ/つくえ はね/はさみ/ハワ
 さいふ/ほね/みせ まり/すい/か/むし のりもの/つく/え/まめ かわ/しる/し/き/つき
 れんこん/はな/むね いる/か/ひかり/こま もち/かまきり/かた くま/はたて/あひる
 しろ/し/なまえ/ちかてつ はなし/とり/ひと き/な/かま/ぬりえ はさみ/うま/みんな
 ぬま/みつ/あした たぬき/かた/か/な/し/か けし/れんこん/はさみ まど/し/お/ちから
 みせ/あひる/あさ すい/か/わに/ひまわり くすり/すみれ/ひるね もやし/こ/し/てんき
 いわ/ちく/わ/からす かた/ち/けし/き/ふくろ なまえ/あした/となり すい/か/り/す/かい/もの
 さつまいも/つの/ふくろ はかせ/く/すり/りす つくし/はかせ/く/に かるた/そら/ハエ
 まるた/まつ/つる つち/はし/せ/かい ふくろ/あし/こし おや/き/もち/か/た
 かき/に/わ/ど/り/もやし うちわ/ほ/こ/り/にもつ からす/て/つ/くも ひよこ/か/め/むし
 くも/き/つね/か/みなり あり/ま/ど/もやし どま/ど/あ/た/ま/せ/な/か ゆき/つき/か/けら
 せみ/ハ/る/へ/ちま たい/き/つね/えさ くみ/お/つ/か/い/とし そら/へ/ちま/にもつ

【資料3】

42 3つの言葉 <応用編①> P111

じょうぶ/だち/ちやう/ちやう/ちん せい/ちやう/しやう/じ/き/い/っ/しやう/けん/めい
 かい/じゅう/き/ゅう/り/や/き/ゅう ひやう/たん/たん/じやう/び/れん/し/ゅう
 に/う/が/く/ち/き/ゅう/じ/じやう まん/じ/ゅう/き/やう/か/し/よ/き/ゅう
 う/ち/ゅう/ち/ゅう/が/く/せい/し/やう/つ はく/ち/やう/き/ゅう/し/よ/く/て/ち/やう
 び/やう/いん/こん/ち/ゅう/ぎ/やう/れ/つ り/やう/て/き/やう/し/つ/じ/やう/し/や
 れん/し/ゅう/し/やう/たい/ち/やう/ち/よ ち/ゅう/い/き/ゅう/り/に/ゅう/が/く
 き/ゅう/じ/つ/し/やう/かい/し/やう/が/つ し/ゅう/じ/やう/だ/ち/やう/が/く/し/ゅう
 き/やう/そ/う/み/やう/じ/や/き/ゅう そん/ち/やう/はく/ち/やう/じ/ゅう/き/やう
 ひ/やう/たん/し/やう/し/やう/れ/つ が/っ/し/やう/が/く/し/ゅう/き/やう
 ち/ゅう/が/え/り/ち/ゅう/しん/し/やう/ぼ/う/し/や に/ゅう/じ/やう/かい/ち/ゅう/てん/ど/う/き/ゅう/し/よ/く
 ペンギン/クレーン/トラップ バイナッフル/マラソン/バズル
 ビスケッ/ボタン/メダル サッカー/カレンダー/コロッケ
 シャンプー/サイレン/ウィンナー シーズン/オルゴール/ハンバーグ
 フライ/パン/イヤリング/ストープ フルーツ/サンドイッチ/コーヒー
 ケチャップ/ドーナツ/ジャケット クリーニング/ホッケー/キーボード
 ロボット/ビーナッツ/ジャングル スケート/ニュース/ミキサー
 グラリネット/モノレール/ハムスター チャイム/リズム/ダンス
 ワッペン/ビーム/グローブ マフラー/カンガルー/キャンデー
 チューリップ/ケチャップ/モルモット シャベル/セー/ダー/スイッチ

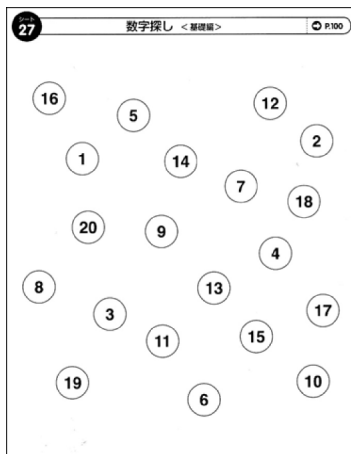
【資料4】

数字さがし

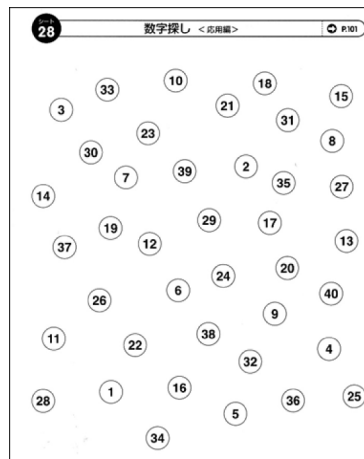
ランダムに書かれた1～20までの数字を1から順番に見つけ、「1」「2」と声を出しながら指でタッチする。【資料5】初めは、次の数字が見つからずになかなか進まない場面がみられたが、繰り返し行うことで、眼をすばやくジャンプさせて探している数字をとらえられるようになってきた。2学期後半は、1～40までの数字に難易度を上げて取り組んだ。【資料6】



【写真 6】



【資料 5】



【資料 6】

テングラムパズル

三角形や四角形のパズルを使って、色々な形を作る。見本と同じ形を再現することで、眼で見た形を正しく認識する力を養う。初めは、見本の上にピースを並べるところから始めた。また、見本に合わせて必要なピースだけ渡していたが、必要ないピースも入れて取り組んでも迷わなくなった。



8 研究のまとめ

自立活動の時間を新しく位置付け、小集団を生かした授業づくりをしていくことを通して、児童の実態を把握し、どこに課題があるのかを考えることができた。自立活動の指導をする以前の児童は、音読や視写が苦手であった。しかし、自立活動の時間の取り組みによって、文字の読み飛ばしが少なくなり、音読がスムーズになった。見る力が弱い特別支援学級の子どもたちが抱える「見えにくさ」は、一人一人違う。形を覚えるのが苦手だったり、眼で得た情報に合わせて体を動かすのが不得手だったり、見た文字を読むのが苦手な場合もある。しかし、このような「見えにくさ」を抱えた状態を放っておくと、努力しても報われず「どうぞ自分ではできないんだ。」と思い、意欲を失ってしまう。そうならないために、ビジョントレーニングを続け、できることを増やすことで、子どもたちのやる気や自信を育てていきたい。また、運動があまり得意ではなかった子どもたちだが、この時間は楽しみようで、生き生きと体を動かしている。目を見張るほどの効果は出ていないが、少しずつ自信を持って体を動かすことにつながっていると感じる。

9 成果と今後の課題

(1) 成果

- 自立活動の時間を位置付けたことで、学習面以外の課題に取り組むことができるようになった。
- 自立活動の時間の活動を通して、苦手なことが軽減し、できることが増えて、児童の自信につなげることができた。

(2) 今後の課題

- 他の学習や生活場面でも、継続して指導し、他の教科との関連を図る必要がある。
- 活動中の意欲を継続するために、できるようになったことを振り返らせる手立てが必要である。
- 今後の意欲を高めるために、難易度を調整して取り組む。

◎ 参考文献

- ・特別支援学校学習指導要領解説 自立活動編（幼稚部・小学部・中学部・高等部）
- ・自立活動の指導の手引き／福岡県教育センター
- ・姿勢がよくなる！小学生の体幹トレーニング／澤木一貴／ベースボール・マガジン社
- ・発達の気になる子の学習・運動が楽しくなるビジョントレーニング／

北出勝也／ナツメ社