

自立活動 指導案

1 単元名

「仲間を大切にしよう」 2－(2)・3－(3)・6－(5)

2 はじめに

本学級は、1年生1名・2年生1名・3年生3名の計5名からなる自閉症・情緒障がい特別支援学級である。教科学習においては、通常学級で使用する教科書を用いて該当学年の学習を行っている。しかし、人とコミュニケーションを行う際は、授業中だけでなく休み時間であっても自分の思いを言葉で伝えることが苦手であったり、相手の気持ちを深く考えずに思ったことをそのまま発言したり行動したりしてしまう生徒がいる。また、日常生活や仲間とのかかわりの中で、生活上の細かいルールが分からずに周囲とずれた行動をとりがちな生徒もいる。また、中学生という多感な時期に入って、なぜ自分が特別支援学級に在籍しているのか分からなかったり、自分に自信をもてないまま生活していたりする生徒も多い。

今年度の自立活動の内容を考えるにあたって、中学校3年間で、自立と社会参加につながる力を育成できるような内容にしていきたいと考えた。そこで、特別支援学級の生徒が主に抱えている困難さの実態を踏まえ、「自分の思いを素直に伝える。」「社会的なルールを身に付け、人とうまくかかわり合いながら生活する。」「自己・他者理解を深め、自信をもって生活する。」という力を身につけてほしいという願いのもと、自立活動の活動内容を4つの大きな単元に分けて、1年間継続して取り組んでいくことにした。

3 研究について

自立活動の年間計画を立てるにあたり、まずは生徒の実態と要因を把握し、その困難を改善・克服するための指導内容を考えた(別紙1 自立活動における実態)。

次に、単元を考える際、一斉指導においても一人一人に付けたい力が年間を通して系統的に身に付くよう、以下の4点を重視し、自立活動の単元を設定した。

1) 日常生活で起こりやすい出来事に対して対応の仕方を考える「よりよい自分・よりよい仲間になろう」という単元の設定

・社会的ルールや適切な行動を知るために、具体的な事例を取り上げ、互いに話し合ったりロールプレイングをしたりしながら学ぶ活動である。いろいろな事例を通して、今後自分が同じような状況に立った時に、よりよい行動ができることをねらった。

2) 自己理解・他者理解を深めるために「自分を知ろう・仲間を知ろう」という単元の設定

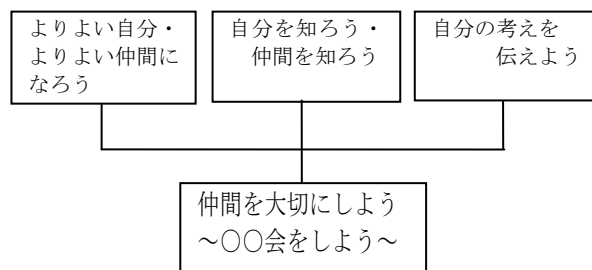
・自分や他者の特性や感じ方などを知ること、人は多様であること、そして一人一人がかけがえのない存在であることを感じるための時間である。

3) 自分の意見を持ち、相手に伝わるように表現する力を養うために「自分の考えを伝えよう」という単元の設定

・年間を通して、新聞の記事を読み、互いに考えた意見を発表・交流していく活動を通して、話し方や聞き方などよりよいコミュニケーションの取り方を学ぶことができるように考えた。

4) 上記の三つの単元で学んだことを総合し、実践しながら定着を図るために「仲間を大切にしよう」という単元を設定

・自立活動の時間に学んだソーシャルスキルなどを実際の生活の場ですぐに活かしていくことはなかなか難しい。学んだことを総合的に活かすことができる場を意図的に位置付けることで、効果的に定着を図ることができると考えた。仲間の入学や卒業・誕生日といった機会に、皆で一緒に楽しい会を企画運営・実行していく活動を行いながら、三つの単元で学んだことを、確実に定着させていきたい。



このように年間を通して、四つの単元からなる自立活動を関連させながら行っていくことで、より自立に向けた学びができると考えている。(別紙2 自立活動の年間指導計画)

4 「仲間を大切にしよう」の単元および本時について

本時は、「相想の会をしよう③」を行う。相想の会は、1年を通して学級の仲間の誕生日を機会にして、年5回行う。活動は主に二つに分かれる。

一つ目は、誕生日の生徒のよさを事前に見つけておき、当日「よいところベスト10」として、本人の前で発表する活動である。「自分の考えを伝えよう」などの単元で学んだ話し方など、適切なコミュニケーションの取り方をここで実践することができる。学級の仲間の前で発表するなど緊張する場面で声の大きさを調節して話す、教師や仲間の話を最後まで聞いて自分の意見を話す、分からないことは相手に質問するなど、相手を意識し、状況に応じたコミュニケーションの取り方を考えながら実践していく。

また、誰も、自分のよさはなかなか見つけにくいものである。まして、障がいがあり、自尊感情が低くなりがちな生徒にとっては、自分のよさを感じる機会は少ないと考えられる。そこで、お互いによさを見つけ合い発表し合うことで、自分のよさを知り、自尊感情を高めてほしいと考えた。仲間から自分のよさをたくさん聞き、うれしく温かい感情を経験する。その経験が、次の機会に、仲間のよさをたくさん見つけてあげようという感情につながっていくのではないかと考えている。

二つ目の活動は、ゲームなどをして全員で遊ぶ活動である。「よりよい自分・よりよい仲間になろう」の単元で学んだソーシャルスキルなどを実践する場として考えている。仲間との遊びの中に勝敗が出るような場を設けることで、いろいろな状況が生まれ、臨機応変に対応していく実践力を養うことができると考える。また、自分たちで遊ぶ内容やルールを考えることで、主体的に仲間と協力して活動する姿も目指していくことができると考えている。

5 単元指導計画（別紙3 抽出1年Aさん）

(1) 単元における目標（別紙4 本時の展開に記載）

(2) 単元における実態（抽出1年Aさん）

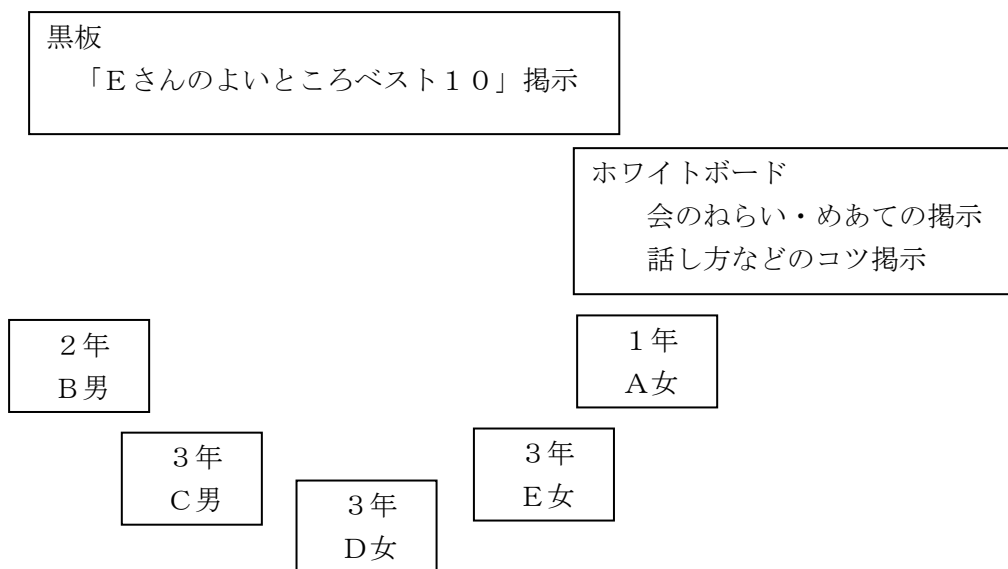
	単元にかかわる実態	実態の要因	つきたい力	手だて
A	<ul style="list-style-type: none"> 初めての活動に対して、嫌がったり躊躇したりする姿が見られる。知っていることに対しては、自信をもって話したり行動したりできる。 自分の考えを仲間の前で発表したり、書き表したりすることが苦手である。 イライラしている時、仲間のことを考えずに大きな音を立てながら行動したり、会話の際に強い口調で相手を攻撃したりすることがある。ま 	<ul style="list-style-type: none"> 推測の弱さ 経験の少なさ 目的に応じて書く内容をみつける力 誤りを指摘されることへの不安 自己肯定感の低さ 行動調整の弱さ 自己理解の弱さ 他者理解の弱さ 出来なさや負けることに対する恥ずかしさ 	<ul style="list-style-type: none"> 見通しをもつことで、仲間の様子を見ながら初めての活動に参加することができる。 【心理的な安定】 2－(2)】 自分の考えを進んで表記したり、仲間の前で発表したりすることができる。 【心理的な安定】 2－(2)】 【人間関係の形成】 3－(3)】 【コミュニケーション】 6－(5)】 自分の気持ちをコントロールすることができる。 仲間の気持ちを考えることができる。 場に応じた行動をして 	<ul style="list-style-type: none"> 初めての活動を行うときには活動の流れを視覚的に提示し、活動の見通しがもてるようにする。 同じ活動を繰り返し行うことによって、見通しが持てるようにする。 仲間の前で話したり、自分の考えを表記したりする機会を多く設ける。 話す内容について個別に教師と話し、自分の考えをまず音声で表現してから書く。 安心して話せるよう発表順を意図的に設定し、発表メモなどを活用する。 イライラしている時に、表情カードを使用して気持ちを表すことで、自分のイライラした感情に気付けるようにする。

	<p>た、ゲームなどで自分が負けそうになる場合も暴言が激しくなる。(交流学級の中で学習しているときは、上記のような自分の行動を抑えて過ごすことができるが、戻ってきてから機嫌が悪い。</p>		<p>仲間と適切にかかわることができる。 【人間関係の形成 3-(2)(3)(4)】 【コミュニケーション 6-(5)】</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・仲間の表情を見たり気持ちについて考えたりするよう声を掛ける。 ・行動の仕方が分からないときは、後ろの掲示物(他の単元で学んだこと)を見るように促す。
--	--	--	--	--

6 本時の目標 (別紙4 本時の展開に記載)

7 本時の展開 (別紙4)

8 環境設定図



- ・机の横に、表情カード。
- ・背面に、今までの「よりよい自分・よりよい仲間になろう」で学んだ行動の方法について掲示。

別紙1 ◎自立活動における具体的な指導内容

Aさんの実態 (中学1年生)

【実態把握】

<ul style="list-style-type: none"> 初めての活動に対して、嫌がったり躊躇したりする姿が見られる。知っていることに対しては自信をもって話したり行動したりすることができる。 大勢の前で立ったり話したりすることが苦手である。慣れた場所や人に対しては、自分から話すことができる。人が話しているところに割り込んで話すこともあり、自分の話をさえぎられるとムッとする。 自分の思ったことを率直に話すため、相手を傷つけるようなことも平気で言う。 自分の思ったことを文章で書き表すことが苦手である。 自分の思いと違った時や自分に非があって注意された時など、相手のせいにして、暴言を吐き続ける。相手が失敗したことに對して、執拗に攻める姿がある。 左利き。手先が不器用で、リボンや靴紐などうまく結ぶことができない。姿勢よく座っていることが苦手である。

【収集した情報を自立活動の区分に即して整理】

健康の維持	心理的安定	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
	<ul style="list-style-type: none"> 集会や行事など、初めての活動に対して不安が大きい。 	<ul style="list-style-type: none"> 相手の気持ちを考えずに、話すことがある。 自分の気持ちを抑えられず、暴言を吐き続ける。 		<ul style="list-style-type: none"> 姿勢の保持が苦手である。 手先の不器用さがある。 	<ul style="list-style-type: none"> 状況に応じて、自分の思いを適切に伝えることが苦手である。

【いくつかの指導目標の中で優先する目標として】

指導目標	<ul style="list-style-type: none"> 自分の気持ちをコントロールして、適切な言動をとることができる。 相手の気持ちや周囲の状況を理解して、適切な言動をとることができる。
------	--

【指導目標を達成するために必要な項目の設定】

健康の維持	心理的安定	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
	(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。 (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。			(5)状況に応じたコミュニケーションに関すること。

【選定された項目を関連付け具体的な指導内容を設定】

<ul style="list-style-type: none"> いろいろな事例において言動や行動の仕方を学ぶことで、状況に応じてどのように対応することが適切であるのかを知る。 「表情カード」などを使用することで、自分や相手の気持ちの状態を把握し、適切な対応をすることができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> 集会や行事など、事前に活動内容を確認したり、繰り返し経験したりすることで、見通しをもち、自信をもって話したり活動したりできるようにする。 相手がどう思っているのかを、いろいろな事例を通して学んだり、直接思いを聞いたりすることで、相手の気持ちを考えて話すことができるようにする。
--	---

別紙2 自立活動 年間計画 (実態に応じて、見直し変更) ※どの単元も、同じパターンで繰り返し活動していくことで、見直しをもって取り組むことができる。【心理的安定ー(2)】

単元名・ねらい	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
<p>よりよい自分よりよい仲間になる</p> <p>～こんな時どうするの～</p> <p>・場に応じた適切な行動や言動の仕方を知ることができる。</p> <p>【人間関係の形成3ー(2)(4)】</p>	<p>行動の理由や適切な行動の仕方について考えることができる。</p>				<p>周囲の人の気持ちについても考え、より適切な行動の仕方について考えることができる。</p>				<p>事前にトラブルを回避するためのよりよい方法を考えることができる。</p>			
	仲間と会話する時	プリントを集めたり配ったりする時	みんなで一緒に使う時	イライラしている時		ゲームなどに負けそうな時	仲間が失敗した時					
<p>自分を知ろう 仲間を知ろう</p> <p>・自己理解や他者理解を深め、互いを認め合うことができる。</p> <p>【人間関係の形成3ー(2)(3)】</p>	<p>自分について、いろいろな方面から振り返ることができる。 + クラスの仲間について、自分とは違う部分や感情の違いがあることが理解できる。</p>											
	自己紹介カード作り	自分データ作り	自分の興味関心について知ろう (職業適性検査)	自分の気持ちについて考えよう (自尊感情尺度)	自分や仲間との感じ方の違いを知ろう。(表情カードの使用)	ゲームをしている時、自分や仲間の気持ちの変化を知ろう。	挨拶や仲間のかかわり方など自分の行動の仕方を知ろう。	自分が生まれてくるまでのことを知ろう。(保健の学習とからめて)				
<p>自分の考えを伝えよう</p> <p>～新聞を読もう～</p> <p>・自分の意見を仲間の前で適切に表現することができる。</p> <p>【コミュニケーション6ー(5)】</p>	<p>自分の意見を言葉で表現することができる。</p> <p>・発表メモの活用や教師と一緒に内容を考えるなど</p>				<p>自分の考えを、仲間に分かりやすく伝えることができる。</p> <p>・よりよい話し方や聞き方ができるように、自分なりの具体的方法を考える。(表の活用、ボイススケール、写真などの使用)</p>				<p>自分の考えを仲間にわかりやすく伝えることができる。(方法無し)</p>			
	スリッパの使用提案について	安全保障関連法案について	18歳選挙権について		五輪エンブレム問題について		テストの点数の公表について	コストコの利用について				
<p>仲間を大切にしよう</p> <p>～〇〇会をしよう～</p> <p>・仲間と一緒に活動する中で、適切なかわり方やコミュニケーションの取り方をすることができる。【人間関係の形成3ー(4)】【コミュニケーション6ー(5)】</p>	<p>会のねらいや内容を知り、進め方の見直しをもって安心して活動することができる。</p>				<p>仲間のことを考えながら話したり行動したりする中で、仲間と適切なコミュニケーションの取り方やかわり方をすることができる。(表情カードなど道具の使用や教師の言葉掛けなどの支援を受けて)</p>				<p>仲間のことを考えながら話したり行動したりする中で、仲間と適切なコミュニケーションの取り方やかわり方をすることができる。(道具や支援なしで)</p>			
	仲間を迎える会をしよう			相想の会をしよう① (2年B)			相想の会をしよう② (1年A)	相想の会をしよう③ (3年E)		相想の会をしよう④⑤ (3年CD)	仲間を送る会をしよう	

別紙3 「仲間を大切にしよう ～相想の会をしよう～」単元指導計画（全5時間）（抽出1年Aさん）

Aさんの単元目標：教師の話や相手の意見を最後まで聞いてから自分の意見を話す。

ゲームで負けるなど自分の思いどおりにならなかったときに、自分がイライラした気持ちになっていること気付き、周囲にあたってしまう気持ちを抑える方法をみつけて実践しようとする事ができる。

	活動のねらい	活動内容	Aさんにつけたい力	手だて
第1次 ①	<ul style="list-style-type: none"> 会のねらいや内容を知り、進め方の見通しをもって安心して活動することができる。 	<相想の会をしよう①> 1時間 ※第2次、第3次は以下の内容を繰り返し行う。 <ul style="list-style-type: none"> 本時の個別の目標を発表する。 誕生日を迎えた生徒が今後頑張ることを話す。 仲間が誕生日を迎えた生徒のよいところを発表する。 勝敗のあるゲームを行う。 本時の個別の目標について振り返りを行う。 	<ul style="list-style-type: none"> それぞれの活動に、見通しをもって取り組むことができる。 教師の促しを受けながら、どの活動にも参加することができる。 事前に話す言葉を書いた紙を見ながら、学級の仲間の前で自分の意見を話すことができる。 これまでの自立の時間や学校生活を振り返り、個別の目標を立てる。 	<ul style="list-style-type: none"> どの活動も見通しがもてるように、事前に詳しく内容を説明する。 教師がやり方や話し方などを教えながら、少しずつ進めていく。 話す言葉を事前に一緒に考えて書いておき、紙を見て話せる状態にしておく。 これまでの自立の時間の学習内容を学習ファイルで振り返る。
第2次 ②	<ul style="list-style-type: none"> 仲間のことを考えながら話したり行動したりする中で、適切なかかわり方やコミュニケーションの取り方をすることができる。（できるようになるための表情カードなど道具の使用や教師の言葉掛けなどの支援を受けて） 	<相想の会をしよう②> 1時間	<ul style="list-style-type: none"> 教師の話最後まで聞いてから自分の意見を話すことができる。（コミュニケーション） 自分の思いどおりにならなかったときに自分のイライラした気持ちになっていることに気付くことができる。（自己の理解） 	<ul style="list-style-type: none"> 教師の話さえぎって自分の意見を言おうとしたときに一度Aさんに少し待つように指示する。その後言いたい気持ちをおさえて待つことができたときになぜできたのかを確認する。 周囲にあたりそうな時は、表情カードを適宜使いながら、自分のイライラした感情に気付くことができるようにする。
		<相想の会をしよう③> 1時間	<ul style="list-style-type: none"> 教師の話最後まで聞いてから自分の意見を話すことができる。（コミュニケーション） 自分がイライラした気持ちになっていることに気付き、周囲にあたってしまう気持ちを抑える方法を使ってみようとする事ができる。（行動の調整） 	<ul style="list-style-type: none"> 教師の話最後まで聞いてから自分の意見を話している姿を認め、励ます。 これまでの自立活動の時間や学校生活の中で教師と一緒にみつけてきた「イライラした気持ちを抑える方法」の掲示を参考にする。（深呼吸をする、表情カードをみるなど）

第3次 ②	・ 仲間のことを考えながら話したり行動したりする中で、適切なかかわり方やコミュニケーションの取り方をすることができる。(できるようになるための道具や支援なしで)	<相想の会をしよう④> 1時間	<ul style="list-style-type: none"> ・ 教師や仲間の話を最後まで聞いてから自分の意見を話すことができる。(コミュニケーション) ・ 自分がイライラした気持ちになったときに周囲に当たってしまう気持ちを抑える方法を使うことができる。(行動の調整) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 仲間の話をさえぎって分の意見を言おうとしたときに一度Aさんに少し待つように指示する。その後言いたい気持ちをおさえて待つことができたときになぜできたのかを確認する。 ・ 個人目標を発表する際に今日の「気持ちを抑える方法」を確認する。少しでもその方法を使おうとしていた姿をみつけて価値付ける。
		<相想の会をしよう⑤> 1時間	<ul style="list-style-type: none"> ・ 教師や仲間の話を最後まで聞いてから自分の意見を話すことができる。(コミュニケーション) ・ 自分がイライラした気持ちになったときでも、周囲にあたらずに気持ちを抑えることができる。(行動の調整・人間関係の形成) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 教師の話や仲間の意見を最後まで聞いてから自分の意見を話す。 ・ 周囲にあたらずに気持ちを抑えることができた姿を認め、今後使っていけそうな「気持ちを抑える方法」は何かを確認する。

別紙 4 本時の展開 3 / 5 (生徒 A)

A (1年女)	
単元でめざす姿	<ul style="list-style-type: none"> ・教師の話や相手の意見を最後まで聞いてから自分の意見を話す。 ・ゲームで負けるなど自分の思いどおりにならなかったときに、自分がイライラした気持ちになっていることに気付き、周囲にあたってしまう気持ちを抑えることができる。
本時にめざす姿	<ul style="list-style-type: none"> ・教師の話や相手の意見を最後まで聞いてから自分の意見を話すことができる。(コミュニケーション) ・自分がイライラした気持ちになっていることに気付き、周囲にあたってしまう気落ちを押さえる方法を使ってみようとするすることができる。(行動の調整)
学習活動	○願う生徒の姿 *指導援助
<p>【導入】</p> <p>○自立活動の時間における学習内容を振り返り、各自で、本時に頑張ることを考える。(ワークシート)</p> <p>○一人一人の目標を確認する。</p> <p>【展開】</p> <p>○Eが、誕生日を迎えた感想や、今後頑張ることを話す。A～Dが、Eのよさを発表する。</p> <p>○全員でゲームを行う。</p> <p>【終末】</p> <p>○各自本時のねらいが達成できたか振り返る。</p>	<p>○これまで自立活動の時間で学習してきた自分のイライラした気持ちに気付く方法やイライラしたときに周囲にあたらず我慢する方法を思い出し、本時頑張ることを決める。</p> <p>*前回使用したワークシートを配り、前時の振り返りができるようにする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>イライラしたときにがまんする方法を使って、教師や仲間に嫌なことを言わずに会に参加しよう。</p> </div> <p>○発表メモを時々見ながら、自分の言葉で話す。</p> <p>*発表メモを見ないことを意識しすぎて言葉に詰まった時は、メモを見るように促したり、次の言葉の出だしを伝えたりする。</p> <p>○自分の思いどおりにならずイライラした気持ちになるが、周囲にあたらなくて、ゲームに参加する。</p> <p>*イライラした気持ちを我慢する方法のカードを手元で見ることができるようにする。</p> <p>*周囲にあたらなくてがまんしているときに褒める。</p> <p>○イライラしたときに自分でどうやって我慢をしていたのかを振り返る。</p> <p>*これまで学習してきた方法を使ってイライラした気持ちをがまんしようと努力していたことを価値付ける。</p> <p>*これまでみつけてきたがまんする方法とは違う別のやり方ががまんをすることができたら、新たな方法として価値付ける。</p>

【ポイント①】
 (前時からつながる課題設定の工夫)
 前時に使用したワークシートやDVDなどを見て振り返ることで、今回取り組むべき課題をより明確に設定することができる

【ポイント②】
 (課題意識の強化)
 ワークシートをホワイトボードに貼り、仲間に自分の課題を伝えることで、課題意識をより強化することができる。

【ポイント③】
 (課題解決のための手立ての設定)
 表情カードやイライラした気持ちを我慢する方法のカードを渡しておき、自分のイライラした気持ちに気付いたり、生徒が自分で我慢する方法を選択したりできるようにする。

【ポイント④】
 (評価の工夫)
 イライラした気持ちを抑えようとしていた姿を具体的に話してどのようにして我慢できたのかを確認し、これからも使っていけそうな方法の一つとして掲示や我慢する方法のカードに印を付ける。

ワークシート

別紙5 **相想の会**

めあて
みんなが、「楽しかった。」「よかった。」などと思えるような会にしよう。

そのために…
あなたは、どんなことに気を付けたり、頑張ったりしようと思いますか。当てはまるものに○をつけましょう。()に、自分で書いてもいいです。

<よいことベスト10>

- 相手に聞こえる声で話す。
- 相手の方を向いて話す。
- 聞き取れるスピードで話す。
- わかりやすく話す。
- 自分の言葉で話す。
- 表情豊かに話す。
- 仲間の意見を受けて話す。

()

左のことを、達成できるようにするために、どんな方法やコツを使いますか？

<ゲーム>

- ゲームの準備を進んで行う。
- イライラした気持ちを抑える。
- 励ましの声をかける。
- 楽しい表情で行う。
- つぶやきなどの声を出す。

()

左のことを、達成できるようにするために、どんな方法やコツを使いますか？

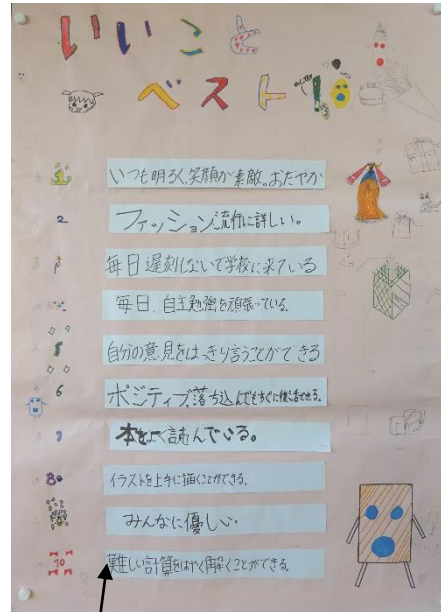
☆今日、相想の会を行って、みんなが「楽しかった。」「よかった。」と思えるような会になりましたか。(理由も書こう。)

【ポイント⑤】

(教材・教具の工夫)

生徒が課題と考えるようなことをあらかじめ書いておくことで、思いつくことが苦手な生徒にとってヒントになる。また、課題設定がしやすく、時間を短縮することができる。

前面の黒板に掲示



【ポイント⑦】

(環境設定の工夫)

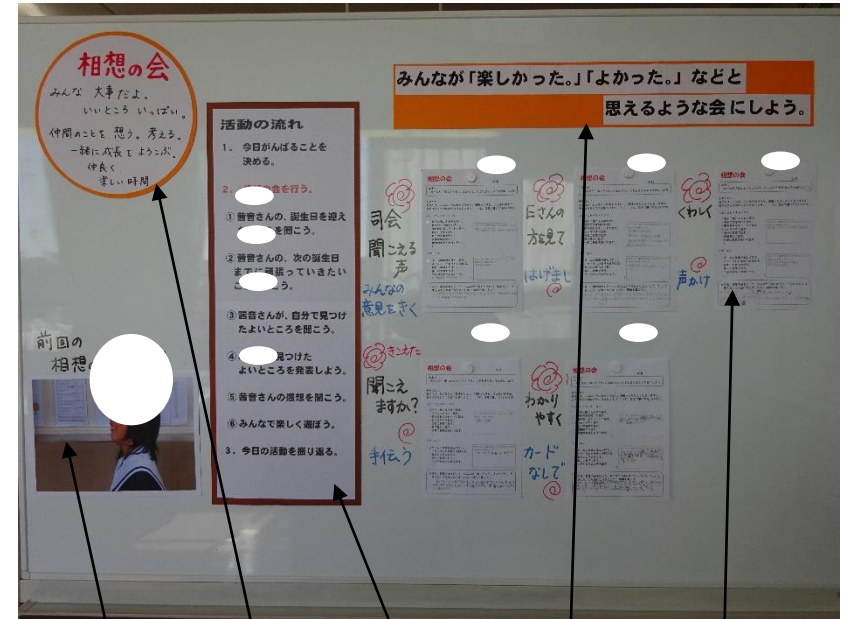
本時の相想の会で使用するベスト10を、前面の黒板に掲示することで、場の雰囲気づくりをすることができる。

【ポイント⑥】

(教材・教具の工夫)

課題を達成するためには、何をすればよいのかを書く欄を設けることで、自分の行動の仕方を具体的に考えることができる。

前面横のホワイトボードに掲示



相想の会のねらい

前時の写真

本時の流れ

本時のめあて

ワークシート