

安心して社会と関わる力および繋がる力の育成を目指して

～自立活動の実践を通して～

1 はじめに

森川特別支援学校は、病弱教育に特化した県内唯一の特別支援学校であり、西原町にある本校舎（以下「本校」）に通学する児童生徒と、県内の8つの病院内に設置された院内学級で授業を受ける入院中の児童生徒が在籍している。本校の通学生においては、平成26年度から精神疾患を持つ児童生徒の受け入れを始めており、今年度で8年目となる。受け入れを始めて以降、これまでとは異なるいくつかの課題が浮かび上がり、特に、児童生徒の「安定しない登校」や「集団生活への苦手意識」といった課題は顕著である。これまでも、教育活動の実践を通して、学校全体で様々な取り組みを重ね、指導・支援の工夫に努めてきたが、なかなか成果として現れない。とりわけ、高等部の生徒においては、卒業後の進路選択や社会生活が間近に迫っているが、より明確な生活目標の実現が難しい現状にある。

2 テーマ設定の理由

こうした課題を受けて、平成30年度に「小さな社会（学校）への安定した参加（登校）から、それぞれの形で社会参加を目指す生徒の育成」、平成31年度は「本校高等部の新しい自立活動を充実させる取り組み」をテーマとして研究に取り組んできた。平成30年度の研究成果より、安定した登校につなげるためには、より柔軟な学習計画を立てることができる教育課程が必要であるという結論に至り、個々のニーズを適切かつ詳細に把握し実践できる自立活動の時間に重きを置いて、教育課程の編成を行った。また、平成31年度には、新設された教育課程の基盤作りとして、生徒の実態把握を丁寧に行うための流れや様式を作成して自立活動の内容の充実を図ることと、学部内の体制整備を行った。

そして、令和2年度は、前年度の成果と課題を踏まえて、自立活動の内容を精選し、実施方法に重点を置いた指導の実践に取り組むことにした。小集団の活動に加え、生徒の興味・関心を基にした個別の活動内容を多く取り入れ、生活や就労に根差した学習と関連づけていくことで、日常生活への般化が可能になるのではないかと考える。また、自立活動の時間を活用し、教師との信頼関係や級友とのよりよい人間関係を形成し、居場所作りに努めることで、安心感が生まれ、登校意欲の向上につながることも期待できる。個から小集団、そして校外学習での対外的な活動というような段階的な集団規模と内容を計画的に用意することで、自立に繋がり、卒業後の社会参加への意欲が喚起されるのではないかと考え、本テーマを設定し、研究に取り組んだ。

3 研究計画

時期	実施内容	備考
5月～6月	○生徒の実態把握 ○年間の計画・様式の作成及び運営方法の検討	自活係(2名)を配置
7月～	○指導方法検討及び教材教具の精選(授業実践の検討・改善) ○職員間の共有 ○参考文献や資料による理論研究	輪番で授業計画
1月～3月	○研究まとめ ○継続指導	課題改善

4 研究の実際

(1) 研修を進めるにあたり、令和2年度の自立活動の方向性や進め方を、以下の通りに確認、共通理解して取り組んだ。

ア 生徒の意向や希望と実態を把握して活動内容に反映できるように、「自立活動をはじめよう」アンケートを実施。

イ 下記(ア)～(ウ)の利点がある個別の指導目標を設定するための様式、「それぞれシート」を作成。(参考資料1)

(ア) 職員全員で生徒の実態把握ができる。

(イ) 自立活動の目標設定ツールとして活用。

(ウ) 自立活動の指導目標・内容が明確になり授業計画が練りやすい。

ウ 「Co-MaMe」※¹(職員)と「自分メーター」※²(生徒)を実施し実態把握の資料として活用。

エ 活動を計画するにあたっての留意点として(ア)～(ウ)を確認。

(ア) 心身の安定が図れる活動内容を計画し、心の元気さ、前向きな意欲を育む。

(イ) 小集団や大集団の中での活動など、他者と関わりが持てる内容を計画し、相手を意識することを基礎に、他者との関係を通して思いやりを育てる。

(ウ) 社会参加と自立につながる活動を計画し、目の前のことにしっかりと取り組む力を育てる。

オ 自立活動の時間をコの字型(表1)に配置。

表1 自立活動の設定校時

	月	火	水	木	金
1	自活	自活	自活	体育	自活
2					自活
3					総合
4	自活	自活	自活	自活	自活

(ア) 1校時に自立活動を配置したねらい。

①自分の心身の健康状態を知ることができる。

②毎日の日程を確認し、活動内容に見通しを持って取り組むことができる。

③教師と相談しながら、活動内容や活動量を決めることができる。

④簡易動作や運動を繰り返すことで、身体作りに取り組むことができる。

(イ) 4校時に自立活動を配置したねらい。

①時差登校した生徒の心身の健康状態を把握することができる。

②朝起きづらさのある生徒にとって、安心して登校できる時間帯である。

③午後の授業に向け、心身の安定や疲労の回復を図ることができる。

(ウ) 金曜日の午前中に自立活動・総合的な探究の時間を配置したねらい。

①まとまった時間を要する校内外の活動に取り組み、社会参加と自立への力を育む。

②校外での活動で疲労が残っても、土日で体調を整えることができる。

カ 生徒の心身の安定や細やかな支援を考え、担任や担当者が関われるように職員を配置。

キ 下記(ア)～(エ)の基本となる方向性を踏まえ、活動内容を大枠で固定。

(ア) 生徒が心身穏やかに安心して過ごし、情緒の安定を図ることができる活動に取り組む。

(イ) 好きなこと・得意なこと・チャレンジしたいことに取り組むことで、学校への興味・関心を持たせ、安定した登校を目指していける活動内容に取り組む。

(ウ) 登校の安定を図りつつ、学年・学部集団との関わりを育んでいける活動内容に取り組む。

※¹ 独立行政法人国立特別支援教育総合研究所が作成した、心の病気のある子供への支援・配慮に活かすツール。

※² 埼玉県立けやき特別支援学校伊奈分校が作成した、自己理解を深めるためのチェックシート式尺度表。

(エ) 苦手なものや苦手な環境、経験不足や未体験なことにも取り組ませ、生徒の不安材料を軽減して、社会と関わり、つながるっていくことのできる活動内容に取り組む。

ク 活動指導略案及び月単位自立活動計画の作成。(参考資料2)

「授業内容や展開・役割分担の見える化」と、職員間の情報共有を目的として取り組む。

ケ 「振り返りシート」を下記(ア)、(イ)の目的のもと作成。

(ア) 自立活動が「生徒の安定につながっているのか」を自分メーターで確認する。

(イ) 必要に応じて生徒の支援・対応にあたると同時に、評価の参考にする。

コ 自立活動に関する生徒・職員アンケートの実施。

(2) 令和2年度自立活動で取り組んだ主な内容

ア 体験学習(校外学習)	イ 進路について
(ア) 買い物学習(コンビニ)(スーパー)等 (イ) 筆文字講座 (ウ) オリジナル時計スタンド作り (エ) 校外学習計画調べ学習 (オ) 物づくりで匠体験(染め物)(皿作り陶芸) (カ) みんなのHERT ART展見学	(ア) 事業所見学(那覇学園、アチェンド、ミラソル) (イ) 進路講話「働くってどんなこと？」 (ウ) キャリア週間事前学習・発表会 (エ) 校内実習の計画・取り組み (オ) 卒業後の進路イメージ学習 (カ) 元気っすか？先輩！
ウ 継続して取り組んだこと	エ 行事の事前・事後学習
(ア) 情報(タイピング練習、EXCEL) (イ) ヘルスアップ(体操、バドミントン、卓球、ダンス等) (ウ) 校内清掃(トイレや教室)	(ア) プチッと運動会 種目決め、計画運営分担、ポスターづくり (イ) 卒業式に向けて
オ SST・ピアカウンセリング	カ 生活に必要な知識、マナーについて
(ア) くさトレ(スクールカウンセラー草野先生) 1. ストレスマネジメント 2. アサーショントレーニング	(ア) 身だしなみ習慣 (イ) 整理整頓習慣 (ウ) 言葉の習慣 (エ) 歯の衛生習慣 (オ) 冬の健康 (カ) 新型コロナウイルス感染症予防について
キ 学級&個別、学部全体で取り組んだこと	
【1年生】 (ア) 整理整頓 (イ) 丁寧な言葉遣い、挨拶習慣 (ウ) 身だしなみ習慣 (エ) 時間を守ろう	【2・3年生】 (ア) ストレッチ習慣 (イ) 丁寧な言葉習慣 (ウ) ペコパ週間(前向きな言葉習慣)
【全体】 (ア) 個別チャレンジ(個チャレ) (イ) リラックスタイム(リラT) (ウ) ゲームde交流(コップタワーゲーム・ピンポン球ゲーム・以心伝心ゲーム・ジェンガ・カードゲーム・私は誰でしょう 新聞ちぎりゲーム・ジェスチャーゲーム・ポッチャ・ピンポンダッシュ・じゃんけん列車 等)	

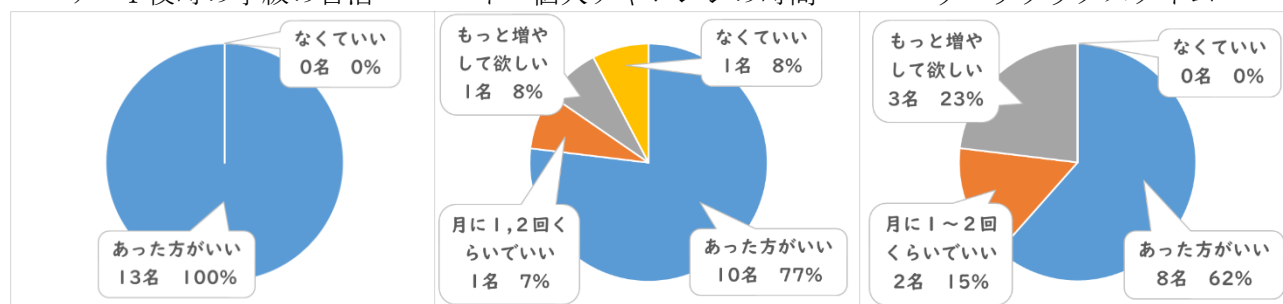
5 実践の検証

(1) 生徒アンケート結果と考察 (令和2年度12月実施：生徒13名対象)

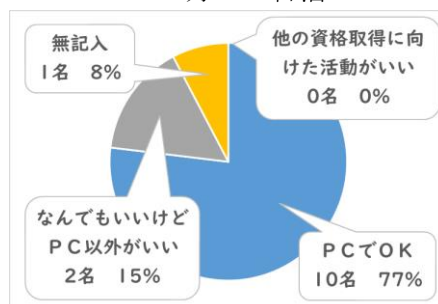
ア 1校時の学級の自活

イ 個人チャレンジの時間

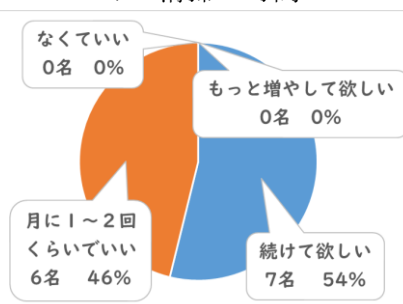
ウ リラックスタイム



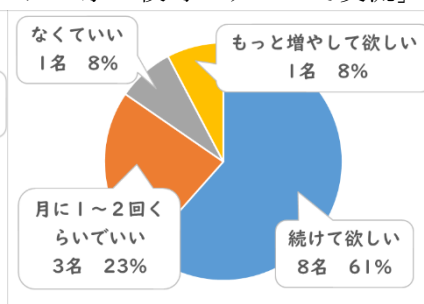
エ 月4の自活



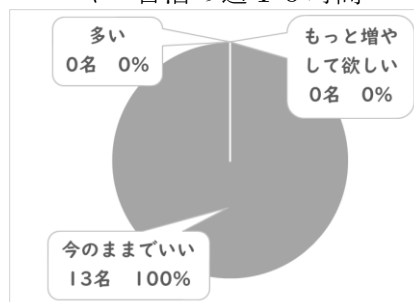
オ 清掃の時間



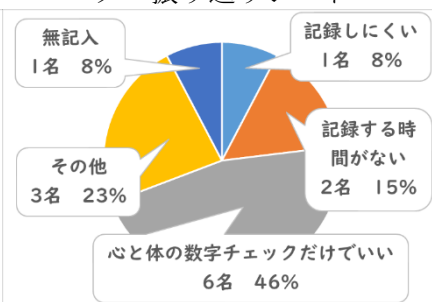
カ 水4校時「ゲームで交流」



キ 自活の週10時間



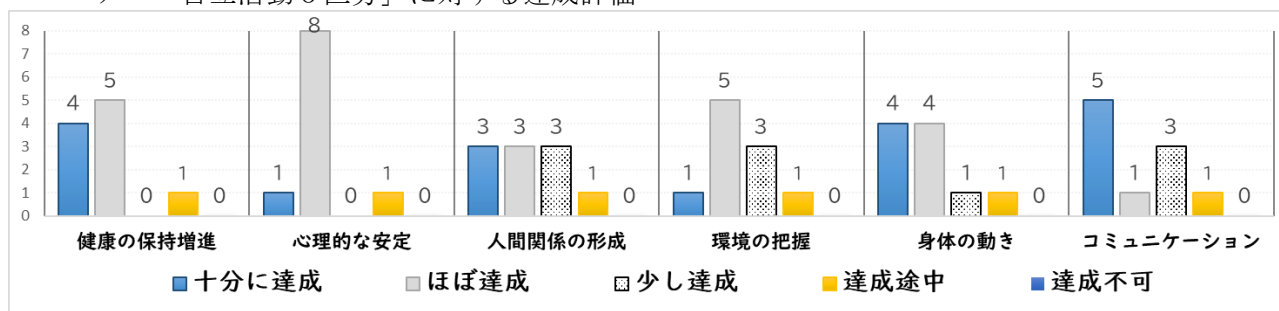
ク 振り返りシート



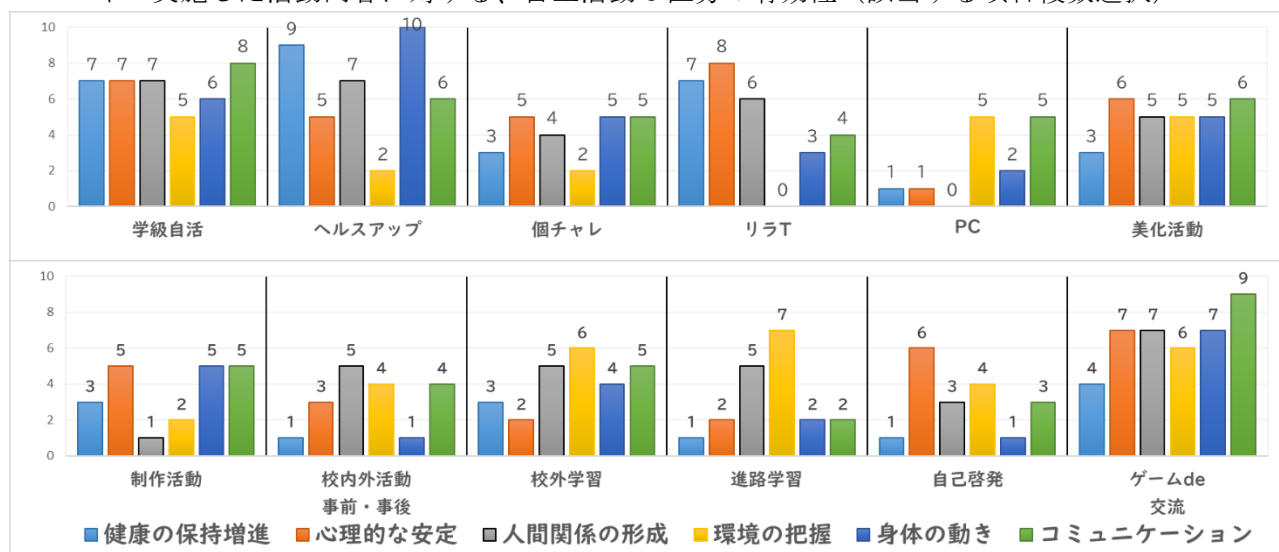
考察：見通しが持てる時間割を組み立てることで、心身の安定に繋がり、目標達成に向けた取り組みや、学年・学部集団での関わりを通してできることが増え、自信に繋がっていると考えられる。一方、振り返りシートに関しては記入しやすいよう改善が必要である。

(2) 職員アンケート結果と考察 (令和2年度12月実施：高等部職員10名対象)

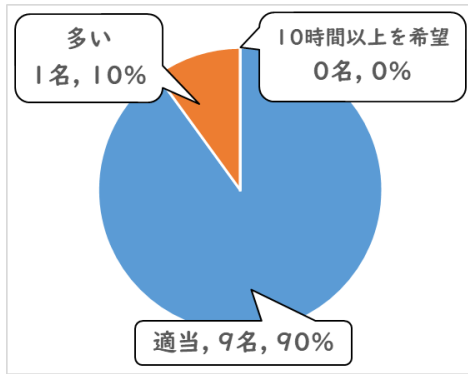
ア 「自立活動6区分」に対する達成評価



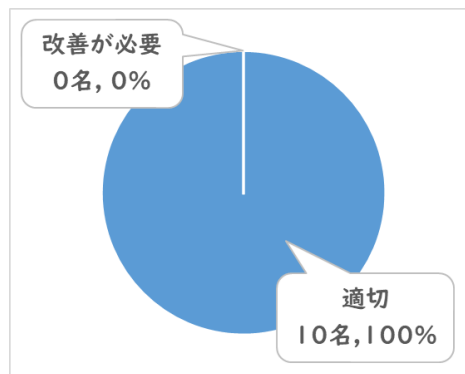
イ 実施した活動内容に対する、自立活動6区分の有効性(該当する項目複数選択)



ウ 週10時間の時数について



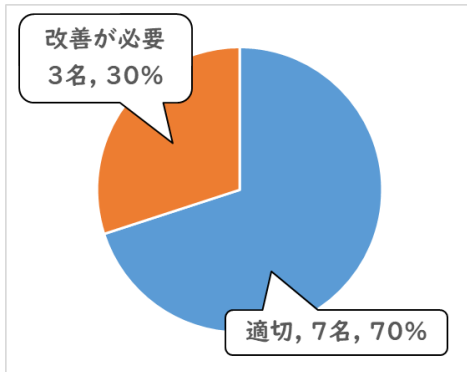
エ 自立活動のコの字型配置について



肯定意見

- ・1校時に自立活動を配置したことで、担任がその日の生徒の調子を把握し、必要に応じて早目の支援を行うことができた。
- ・生徒自身に、その日の学校生活をスタートする心構えをつくる時間にもなっている。

オ 職員配置人数について



肯定意見

- ・生徒の出席状況にもよるが最大限の配置でよい。

改善意見

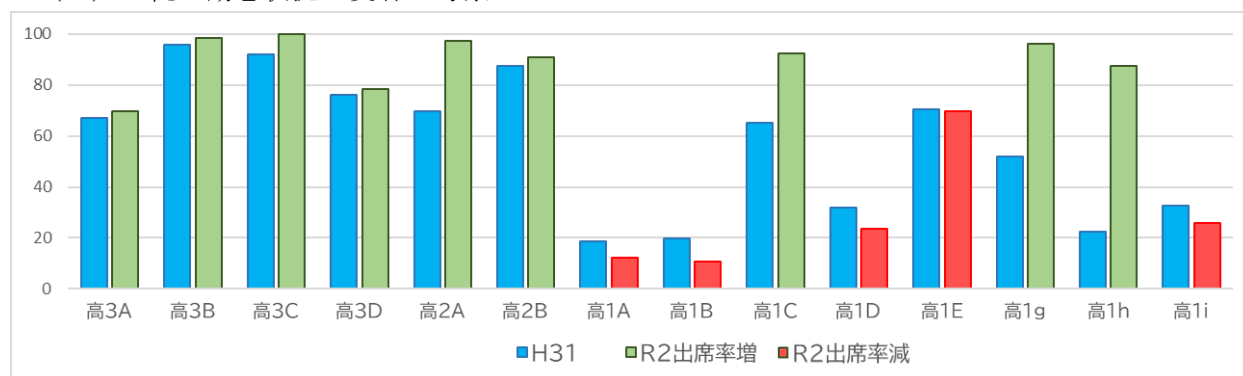
- ・金の2・3校時は生徒の出席状況が比較的良いことや、連続した活動も多いため、担当者が全員入り、生徒の調子や様子を確認しながら対応する方が望ましい。
- ・年度途中でも、人数の増減をしても良いかなと思う。
- ・職員が多い時間がある。まとめ取りの自活で時数上どうしても組めない先生もいる。

カ 自立活動6区分に関する記述解答

- ①様々な集団活動を経験することで、それぞれの生徒の「社会」(交友関係)が広がった。(本人+親+教師+先輩・後輩・級友)【人間関係の形成・コミュニケーション】
- ②仲間や周囲のこと(周囲の環境)も見ることができつつある。【環境の把握】
- ③個人差はあるが、集団活動や個人活動を通して「聴く」「話す」「応える」など、他人とうまく関わるための基礎的な力(社会性)が育ってきている。【人間関係の形成・コミュニケーション】
- ④自活が多いことで、生徒対生徒、生徒対教師の関わる時間が増え、心理的に落ちついて登校できている。【心理的な安定】
- ⑤毎日のバイタルチェックの確認により、心身の健康状態を本人及び担当と共有しながら無理なく活動に取り組むことができるようになっている。【健康の保持】
- ⑥自立活動中の2・3年生の動きが良い手本・見本となり、主体的な動きや機敏な動きが徐々に身につく。【身体の動き】(詳細は参考資料3を参照)

考察：安定して登校ができている2・3年担当と様々な実態の生徒が在籍する1年担当で評価に違いが見られた。実施した各活動・時数・コの字型配置の評価に関しては、全体的に有効かつ適切だったと考えられる。職員配置人数については、生徒の出席状況に左右されるため調整が困難である。

(3) 生徒の勤怠状況の変容と考察



考察：平成 31 年度と令和 2 年度の勤怠状況を比較したところ、約 65% の生徒に改善がみられた。病状によって登校自体が困難な生徒も一定数在籍するが、自立活動を効果的に配置し、生徒の実態に合った学習活動を進めたことにより、安定して登校できる生徒が増えてきた。

精神疾患を持つ生徒が、安定した登校と安心して学校生活を送ることを目指して教育課程作りを進めてきたが、現在の教育課程が本校の生徒に有効に働いていると考える。

6 成果と課題

(1) 成果

- ア 1 校時の自立活動で行うバイタルチェックでは、担任が、生徒の体調や心身の状態を確認し、適切な声掛けを行うことで、生徒が安心して登校できるようになった。また、ヘルスアップの時間では、各自のペースで体力向上に向けた活動に取り組めるようになった。
- イ 4 校時の時間帯の個人チャレンジ、リラックスタイムでは、心身の状態に配慮しながら、興味関心のある活動に取り組めるようにしたことで、主体性や積極性が培われてきた。また、この時間を楽しみに登校する生徒もいることから、この時間をきっかけにして、登校を促すこともできた。
- ウ 小集団で行う「ゲーム de 交流」の時間は、ゲーム立案からルールの説明、実施、運営まで生徒自身で行ったため、社会性が培われ、集団参加が難しかった生徒も楽しみながら参加することができた。
- エ 金曜日の連続した時間では、校外学習（施設見学等）や体験的学習などを通して、社会参加に向けた意識付けができ、卒業後の進路を考えるきっかけになっている。
- オ 美化活動では、同じ目標（丁寧さ、時間や報告・連絡・相談を意識する）に向かって互いに協力して作業を進めることで、生徒に協調性が育ってきた。また、作業意欲の低かった生徒が、清掃の大切さに気づき、責任を持って清掃活動に取り組むようになった。
- カ 自立活動を効果的に配置したことと、実態に合った学習活動を展開することで、安定して登校できる生徒が増えた。

(2) 課題

- ア 担任だけではなく、職員全体で、生徒の実態把握と成長課題に対する取り組みを共有し、同じ指導方針で生徒と接することができる職員体制作り。
- イ 登校が安定していない生徒に対して、自立活動の時間を足がかりにして登校へのアプローチをするために、自立活動の取り組みを周知していく必要がある。
- ウ 在籍生徒の実態に合わせて、継続的に指導内容と教材教具の工夫改善が必要である。