

1 自立活動の内容（特別支援学校学習指導要領解説自立活動編より引用）

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事。
- (2) 病気の状態の理解と生活管理に関する事。
- (3) 身体各部の状態の理解と養護に関する事。
- (4) 健康状態の維持・改善に関する事。

2 心理的な安定

- (1) 情緒の安定に関する事。
- (2) 状況の理解と変化への対応に関する事。
- (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事。

(1) 情緒の安定に関する事。

ADHDのある幼児児童生徒は、自分の行動を注意されたときに、反発して興奮を静められなくなることがある。このような場合には、自分を落ち着かせることができる場所に移動してその興奮を静めることや、いったんその場を離れて深呼吸するなどの方法があることを教え、それらを実際に行うことができるように指導することが大切である。

障害があることや過去の失敗経験等により、二次的に自信をなくしたり、情緒が不安定になりやすかったりする場合には、機会を見つけて自分のよさに気付くようにしたり、自信がもてるように励ましたりして、活動への意欲を促すように指導することが重要である。

LDのある児童生徒は、例えば、書き取りの練習を繰り返し行っても、期待したほどの成果が得られなかったなどの経験から、生活全体においても自信を失っている場合がある。そのため自らの失敗に対して感情的になり、情緒が不安定になることがある。このような場合には、本人が得意なことを生かして課題をやり遂げるように指導し、成功したことを褒めることで自信をもたせたり、自分のよさに気付くことができるようにしたりすることが必要である。

(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事。

LDのある児童生徒は、計算の仕方などを覚えることが他の人と比較して時間がかかることなどに気付いても、それを自分自身の努力不足によるものと思い込んでいる場合がある。このような場合には、自分の得意な面と不得意な面を知り、その得意な面を活用することで、困難を克服することができるということを体験することが大切である。成功体験やそれを賞賛される経験などを積み重ね、自分に自信をもてるようにすることが、不得意なことにも積極的に立ち向かう意欲を育てることにもつながるの

である。

3 人間関係の形成

- (1) 他者とのかかわりの基礎に関する事。
- (2) 他者の意図や感情の理解に関する事。
- (3) 自己の理解と行動の調整に関する事。
- (4) 集団への参加の基礎に関する事。

(3) 自己の理解と行動の調整に関する事。

ADHDのある幼児児童生徒は、状況にそぐわない行動をすることがあるために友達に受け入れられず、集団参加が難しい場合がある。このような場合は、状況に合わせて行動することが自分は不得意であることを理解し、行動する前に周囲の状況を観察したり、状況を理解するゆとりをもつようにしたりする態度を身に付けることが必要である。その際には、ロールプレイのように、できるだけ具体的な状況を設定して指導することが大切である。

また、障害のある幼児児童生徒は、経験が少ないことや課題に取り組んでもできなかった経験などから自己に肯定的な感情をもつことができない状態に陥っている場合がある。その結果、活動が消極的になったり、自暴自棄になったりすることがあるので、早期から成就感を味わうことができるような活動を設定するとともに、自己を肯定的にとらえる感情を高められるような指導内容を検討することが重要である。

(4) 集団への参加の基礎に関する事。

LDのある幼児児童生徒の場合には、友達との会話の背景や経過を類推することが難しく、そのために集団に積極的に参加できないことがある。そこで、日常的によく使われる友達同士の言い回しや分からないときの尋ね方などを、あらかじめ少人数の集団の中で学習しておくことなどが必要である。

ADHDのある幼児児童生徒は、遊びの説明を聞き漏らしたり、最後まで聞かずに遊び始めたりするためにルールを理解していない場合がある。また、ルールを理解していても、勝ちたいという気持ちから、ルールを守ることができない場合がある。その結果、うまく遊びに参加することができなくなってしまうこともある。

このような場合には、ルールを少しずつ段階的に理解できるように指導したり、ロールプレイによって適切な行動を具体的に学習したりすることが必要である。また、遊びへの参加方法が分からないときの不安を静める方法を学習するなど、「2 心理的な安定」の区分に示されている項目や、友達への尋ね方を練習するなど「6 コミュニケーション」等の区分に示されている項目との関連を図りながら、具体的な指導内容を設定することが大切である。

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。

(2) 感覚や認知の特性への対応に関すること。

障害のある児童生徒が言葉や数の学習で示す困難は、個々の認知の特性による場合が少なくない。話を聞いて理解することが困難な場合には、言葉の記憶力が弱いことや話し声から特定の音韻を聞き取ることなどが難しいことがある。本を読むことが苦手な場合には、読んでいる箇所を目で追うことができないことがある。また、漢字や図形を正しく書くことができない場合には、位置関係の認知が困難なことがある。こうした個々の認知の特性は、脳性まひや知的障害のほか、LD、ADHD、自閉症等のある児童生徒にも見られるものである。

これらの児童生徒は、認知面において不得意なことがある一方で得意な方法をもっていることも多い。例えば、聴覚からの情報は理解しにくくても、視覚からの情報の理解は優れている場合がある。したがって、一人一人の認知の特性に応じた指導方法を工夫し、不得意な課題を少しずつ改善するよう指導するとともに、得意な方法を積極的に活用するよう指導することも大切である。

(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。

LDのある幼児児童生徒は、例えば、左右の概念を理解することが困難であるため、左右の概念を含んだ指示や説明を理解することがうまくできず、学習を進めていくことが困難になる場合がある。このような場合には、様々な場面で、見たり触ったりする体験的な活動と「左」や「右」という位置や方向を示す言葉を関連付けながら指導して、基礎的な概念の形成を図ることが重要である。

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。

(1) 姿勢と運動・動作の基本的技能に関すること。

ADHDのある幼児児童生徒は、身体を常に動かしている傾向があり、自分でも気付かない間に座位や立位の姿勢が大きく崩れ、活動を継続できなくなってしまうことがある。

このような幼児児童生徒に対しては、身体を動かすことに関する指導だけでなく、姿勢を整えやすいような机やいすを使用することや、姿勢保持のチェックポイントを自分で確認できるような指導を行うことが有効な場合がある。

そこで、姿勢を保持することが困難なADHDのある幼児児童生徒に対しては、この項目に加え、例えば、「2 心理的な安定」や、「4 環境の把握」等の区分に示されている項目の中から必要な項目を選定し、それらを相互に関連付けて指導することが必要である。

(5) 作業に必要な動作と円滑な遂行に関すること。

ADHDのある幼児児童生徒は、一連の作業において最後まで注意の集中が続かないことがある。このような場合には、作業工程を分割し、一つ一つの工程に短時間集中することから始めて、徐々に作業に集中できる時間を長くするような指導が必要である。

6 コミュニケーション

- (1) コミュニケーションの基礎的能力に関すること。
- (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。

(3) 言語の形成と活用に関すること。

LDのある幼児児童生徒は、文字や文章を読んで理解することに極端な困難を示す場合がある。このような場合、聞いて理解する力を伸ばしつつ、読んで理解する力の形成も図る必要がある。その際、コンピュータのディスプレイに表示された文章が音声で読み上げられると同時に、読み上げられた箇所の文字の色が変わっていくようなソフトウェアを使って、読むことを繰り返し指導することが考えられる。

(5) 状況に応じたコミュニケーションに関すること。

LDのある幼児児童生徒は、話の内容を記憶して前後関係を比較したり類推したりすることが困難なため、会話の内容や状況に応じた受け答えをすることができない場合がある。このような場合には、自分で内容をまとめながら聞く能力を高めるとともに、分からないときに聞き返す方法や相手の表情にも注目する態度を身に付けるなどして、そのときの状況に応じたコミュニケーションが展開できるようにすることが大切である。

2 障害に応じた教育課程の編成（独立行政法人国立特別支援教育総合研究所：特別支援教育の基礎・基本 一人一人のニーズに応じた教育の推進より引用）

小・中学校の通常の学級に在籍するLD等のある児童生徒のうち、これらの障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服を目的とする特別な指導が必要とされる場合は、

通級による指導を行うことが考えられる。

通級による指導は、特別な教育課程の編成により行われる。障害による学習上又は生活上の困難の改善・克服を目的とする「自立活動」が中心となるが、特に必要があるときは「各教科の補充指導」も行うことができる。指導時間については、自立活動と各教科の補充指導を合わせて年間 35 単位時間（週 1 単位時間）からおおむね年間 280 単位時間（週 8 単位時間）以内が標準とされている。なお、LD 及び ADHD の場合は、月 1 単位時間程度でも指導上の効果が期待できる場合があることから、下限が年間 10 単位時間とされている。

通級による指導では、通級する児童生徒の日常生活の場である家庭、学校での適応を図るために特別の指導を行う。通級による指導が日常生活の場で生かされるためには、児童生徒への指導とともに保護者への支援、在籍学級の担任との連携が大変重要である。