

自立活動だより

令和5年12月22日 発行
佐世保特別支援学校 自立活動部

今回は、わかくす部門中学部の自立活動の取組と、「自閉症指導スタンダード」を軸にした、あたご部門中学部の取組についてご紹介します。

わかくす部門中学部の取組

わかくす部門では、学部や学年などによって、週に2時間～8.5時間を自立活動の時間における指導として、日々の学習に取り組んでいます。個別に目標を立て、それぞれの実態に合わせた指導を行っています。

今回は、わかくす部門中学部の2学期の学習の様子についてご紹介します。



階段を下りる学習。助言を受け入れながら、足の運び方などの課題に取り組んでいます。



身体の状態に気付いて自己管理をする学習。その日の体調や疲れに応じて、自ら緩めのメニューを考えて取り組んでいます。



指示をよく聞いて、正しく動く学習。メモを確認しながら、指示されたカードを全て取ることができました。



あぐら座位や箱椅子を使った座位で、頭部を起こして保持する学習。鏡など、指示されたものに顔や視線を向けることを頑張っています。



2つのものを見比べて、視線で好きな方を伝える学習。提示されたものを見続けることや視線を向けながら声を出して好きなものを相手に伝えています。



机に前腕をつけて椅子座位を保持する学習。両下肢と前腕で体を支えて頭を起こし、目の前の人や物に注目する力を高めます。

歩行の学習。バランスを取りながら立ち上がり、マット上を一人で歩きます。



伝え方（話し方、書き方）について考える学習。相手が受け入れやすい言葉で伝えたり、自分の考えを整理して伝えたりしています。



自分で環境を調整し、生活をしやすいようにする学習。必要なことを補助的手段（メモ）を活用して活動に取り組むことを目標にしています。

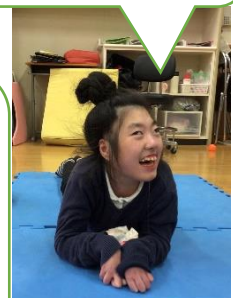


片膝立ちと階段上りの学習。腰回りに力を入れて重心移動をし、足裏で踏みしめて歩くことを目指して頑張っています。



前腕で上体を支える学習。教師の声掛けを聞いて、頭部を起こします。

片膝立ちをすることにより、股関節を伸ばし、かかとを着けて踏みしめる学習。かかとをしっかり着けることにより安定した歩行につながります。



「自閉症指導スタンダード」の視点を取り入れたあたご中学部の取組

「自閉症指導スタンダード」は、本校における、自閉症のある児童生徒に関わるときに必要な共通のスタンス（学校としての自閉症のある児童生徒への指導の指標）を示したもので、全部で10項目あります。今回は、あたご部門中学部の学習場面を以下の項目の主に「1」、「4」を中心に考えていきます。

＜「自閉症指導スタンダード」項目＞

1	説明や指示は、簡単に、かつ具体的にしよう
2	コミュニケーションスキルを高めさせよう
3	予定変更は、本人が分かる方法で伝えよう
4	「いつ」「どこで」「何を」「いつまで（どれくらい）」「どのように」「終わったら、次は何をするか」を明確に伝えよう
5	独特の感覚があることを理解しよう
6	教室の掲示などをシンプルにしよう
7	様々な場面で使えるスキルを育てよう
8	「こだわり」は、本人の「不調」「不安」のサインとしてとらえよう
9	気持ちを切り替える方法や、コントロールする力を身に付けさせよう
10	その行動が適切であったか振り返らせよう

□調理実習

調理は、複数の作業を同時並行、もしくは短時間で切り替えながら同時進行で行う必要があり、優先順位を考えて行動を組み立てることが苦手な自閉症のある児童生徒にとって、とても難しい学習の一つです。

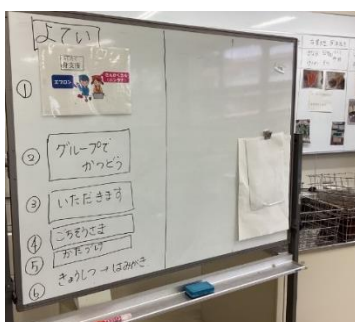
そこで今回は、調理の手順や自分の役割が分かりやすい鍋料理にして、全体の活動の流れを可視化し、見通しをもって安心して取り組めるようにしました。市販のスープを使うことで、自分で味を選ぶ楽しさを味わえ、自宅でも取り組みやすくなるようにしました。

調理は2回計画し、1回目よりも2回目は教師の支援を減らすようにし、1回目で調理の工程や活動に見通しをもたせることで、2回目は、経験したことを基に自分で考えたり、実践したりすることができました。

○調理の過程での工夫



- 手順や作業内容が分かりやすく、調理しやすい材料を使う。
→鍋料理に使う道具や材料は、手順や作業内容が分かりやすく、調理しやすいものを使用しました。実態に応じて、微細運動が難しい生徒は、包丁でなくキッチンばさみでカットできるようにし、カットしやすく一人分の量が見て分かりやすいウインナーを使うことで、量の調整の苦手な生徒も盛り付けることができました。
- 材料を切る際のモデルを示す。
→「視覚情報に強い」、「だいたいの量が分かりにくい」などの苦手がある生徒には、教師が手本を見せたり、ビデオや写真で示したりすることで、量や材料の切り方が分かりやすくなり、主体的に取り組む姿が見られました。
- 場所を決めて調理する。「構造化で、することを明確に」
→お米を研ぐ場所、鍋を置いて切った材料を入れる場所など構造化することで、場所と道具を見れば何をやるかが一目で分かり、教師の一回一回の指示がなくても自分で考えて調理をすることができました。



構造化：米を扱う場所



ウインナーを切る場所



スープを入れる場所

全体の活動の流れを可視化

→グループに分かれてからより詳しい流れを説明

□修学旅行

修学旅行などの行事は、非日常的な活動に対して、楽しみをもちたり、意欲的に取り組んだりすることも多いですが、それと同じくらい、見通しがもてないことによる不安、失敗を恐れる気持ちが大いです。できる限り、その不安を和らげる工夫が必要だと考えて活動に取り組みました。

○バスでの工夫

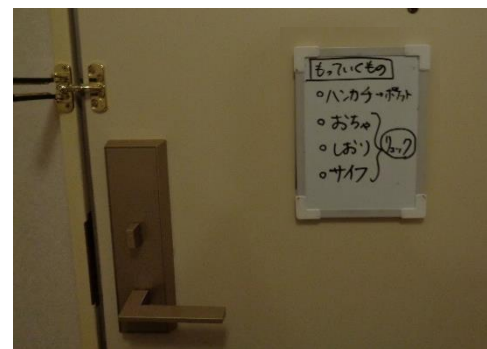
- チェックポイント（通過地点）の確認
→日頃通っている道や行き慣れている場所であれば、自分である程度の見通しをもって落ち着いて過ごすことができる方も、初めての場所となるとそうはいかないことが多いです。
「もう少しで着くよ」のもう少しなどの曖昧な表現が分かりにくいことがあります。
そこで、インターチェンジやパーキングエリアなどの看板と、手元のシートを照らし合わせ、シールを貼りながら現在地の確認をしました。このことで、安心して目的地までバスの中で過ごすことができました。



- 絵カード、写真カード
→校内やその他の場面でも多く使われるカードを持ち歩き、次の活動を知る、意思や体調を確認などのコミュニケーションツールとして活用しました。日頃使っているものなので、慣れない場所でも使用しても、すぐに理解することができました。



- チェックボード（持ち運び式）
→初めての場所や慣れない活動で不安が募り、感情のコントロールが難しい場合や、約束事を忘れてしまう場合に、言葉掛けや口頭だけの指示では十分でないことがあります。そのときのルールの再確認や情報の整理などには視覚的な情報が有効です。写真のように、扉に貼り付けて部屋を出るときの持ち物チェックとしても使用しました。生徒も自分で見て、自分でチェックできていました。



今回は、自閉症スタンダードの「1 説明や指示は、簡単に、かつ具体的にしよう」、「4 『いつ』『どこで』『何を』『いつまで(どれくらい)』『どのように』」の項目を実践した例を取り上げました。他の項目においても、様々な場面で、特性に応じて、見通しをもって活動ができるように支援を工夫しています。児童生徒が、より安心して、自信をもって学習に取り組めるよう、今後も自閉症スタンダードの10項目の視点を大事にして指導を工夫していきます。