

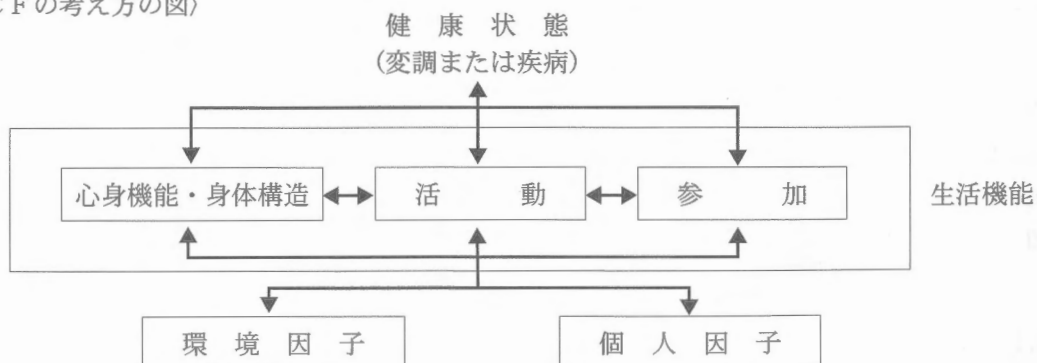
## 自立的な生活能力の向上を目指した宿泊学習と支援のあり方 ～生活能力の向上をめざした支援の工夫～

奈良井 正

### はじめに

今回の学習指導要領改訂においては、学校教育法の改正を踏まえ特別支援教育の目的の文言が、「障害に基づく種々の困難」から「障害による学習上又は生活上の困難」に改められた。その背景としてWHO（世界保健機構）においてICF（国際生活機能分類）が採択され、障害のとらえ方が変化してきていることがあげられる。ICFの特徴は、生活機能というプラスの面から障がいについてとらえるという点と、障がいの背景として環境という点からもみていこうとするところにある。ICFの考え方によると、人間の生活機能は「心身機能・身体構造」「活動」「参加」という3つの要素から構成され、それらの生活機能に支障がある状態を「障がい」ととらえている。このことは環境や支援のあり方によって障がいの様態が変わることを意味している。言い換えれば適切な支援を受けることによって障がいのある状態が軽減されたり、環境の違いによっては自立や社会参加の機会が広がるということが考えられる。今回改訂された特別支援学校学習指導要領解説の自立活動編には、自立活動の内容はICFが採択されたこととの関連においてとらえることが必要であると述べられている。そしてまた、生活機能との関連で障がいを把握することが、自立活動を指導していく上で重要であると述べられている。このように教育の世界においても、障がい者の自立と社会参加ということに対応して変化をしてきている。このような障がいについての考え方を本校特別支援学級においても取り入れ、生徒の自立と社会参加を目指して授業づくりに取り組んでいかなければならないと考えている。これまでは障がい種別ごとにそれに対応する支援を考えてきたが、活動制限や参加制約がある状況に対して、支援によって、それらの制限や制約をなくす方向、あるいは軽減させる考え方への転換していかしている。これらの考え方は、障がいのあるなしにかかわらず、本人が困難を感じている場合や、本人を取り巻く人たちが本人への支援を必要と感じている場合にもいえることであり、健常者にとっても健康状態が変化すれば起こりうる場合がある。したがって通常学級に在籍している軽度発達障がいの子どもや障がい名が判明していない場合にも通じるところがあると思われるので、これからの特別支援教育にとって非常に意義深い考え方であると思われる。

（ICFの考え方の図）



（ビギナーズガイド：生活機能，障害，健康に関する共通言語にむけて：ICF 国際生活機能分類より）

本稿で取り上げた単元は、このような考え方をもとに本人がもっている力を伸ばし、必要な支援を考えることで、より自立的な生活能力が向上することをねらいとしている。宿泊学習の活動において、生徒の実態把握にもとづき、生徒が今できていることを伸ばし、また必要な支援をすることで活動への取り組みがより深まり生活能力の向上につながるようにしたいと考えた。

## 1 研究の視点

・生徒の実態をもとに教師が考えた支援は、障がいによる学習上の困難を改善・克服し、自立的な生活能力を高めるために有効であったか。

本学級では社会参加と自立ということを目指して、本学級独自の「個別の教育的ニーズ集約表」を作成し、それをもとに「個別の指導計画」を作成しており、これを一人ひとりについて個別に作成し、教育課程を編成し、学期ごとに重点目標を見直したり、指導計画の改善を図っている。個別の教育的ニーズ集約表と個別の指導計画に記載する項目については以下の表に示す通りである。これをもとに単元における具体的な支援についても生徒一人ひとりに対して考えている。本年度は、はじめにでふれたICFの考え方をもとに、現在の生徒の状況に対して必要な支援を行った場合に、現在の状況がどのように改善されると考えられるかという視点から、個別の教育的ニーズ集約表に必要な支援の欄を追加し、単元での具体的な支援を考える上で効率化を図った。そして、これをもとに具体的な学習活動においてどのような支援があれば、生徒の力をさらに伸ばしていくことができるのかについて検討した。

「個別の教育的ニーズ集約表」

	生徒の状態像	教育的ニーズ	指導の場	支 援
共生・協働する力				
対人関係 集団参加 意思伝達力 挨拶やマナー				
問題解決する力				
情報処理力 認識力 言語・数量 作業技能				
自分づくりの力				
日常生活 自己評価力 情緒の安定 余暇活動				

「個別の指導計画」

個別の指導計画< 年> (氏名- ) (20 / / )

重点目標 (年間)		
重点目標設定理由		
保護者の願い	目標に対して	
	将来の生活	
中期目標	前期 (4月～8月)	後期 (9月～3月)
支援の手だて		
評 価		
面談より		

## 2 単元の構想

入級当初の本学級の生徒Aは身体的な構造上の障がいにより体力が弱く、毎日のトレーニングでは校舎の周りを走る運動は、1週の半分以上を歩くことが多かった。現在もマラソンなど激しい運動については制限がある。また食べ物を飲み込む力が弱く、食事に要する時間がかかったり、食べ物がのどに詰まりやすかったりするなど生活上の特別な配慮を必要としている。着替えや排泄など基本的な生活習慣についても教師の部分的な介助を必要とするところがあった。5月に行っている春の合宿では宿泊を伴う学習であるが、活動の中で先輩に手伝ってもらうような場面が見られたり、活動の途中においても休憩を挟まなければならない実態であった。しかし、1年生の1学期が終わる頃には毎日のトレーニングで、3周以上を続けて走ることができるようになり、体力的には随分と変化が見られるようになった。それと同時に基本的な生活習慣についても少しずつ自分の力でできる事が多くなりつつあった。ここで、教師がみとったことは、本人が自分の力でできそうだと感じたことがある時、またはどうしてもやりたいという思いがあれば、生徒Aは自分の力でやってみようとする力を持っているということであった。そこで、2学期に2年生と3年生が修学旅行で学校を離れる時に、一人で学校生活をする機会ができるので、一人でじっくりと取り組める宿泊学習に取り組むことは、生徒Aの思いを大事にし、自分にもできるという自信を高めることで、より自立的な生活能力を高める良い機会であると考え本単元を構想した。

本学級では毎年宿泊学習（合宿）を4回実施している。生徒はこの合宿の単元を通して身辺自立能力を高めたり、仲間と協力する力をつけていったりするなど社会参加と自立に向けての大切な力を育てている。4回の合宿を通して①家庭から離れた場所での集団生活を通して、身辺自立の能力を養う。②グループ活動等の合宿への取り組みを通して、友達と協力して活動しようとする態度を養う。③寝食を共にすることで、教師と生徒また生徒同士の相互理解を深める。④公共の交通機関について調べる学習を通して、利用方法やマナーについての理解を深める。という4つのことにねらいをおいて実施している。今回の宿泊学習では、3年生が修学旅行で出かけている間に行うことで、教員と1対1での活動になる。つまり集団での活動によって高められる力よりも、より個の力を伸ばしていくことに主眼をおいた活動にしたいと考えている。集団の中で役割を分担してする活動よりも、一人で行うことで、自分のペースで落ち着いて集中して活動に取り組めたり、自分でやったという満足感や成就感をより味わうことができると考えた。本単元では、自分でできることを自分の力でやり遂げようとする意欲を高めることをねらいとしている。また宿泊を伴う学習では、一日の生活を教師と生徒と共に過ごすため、生活習慣など学校の生活だけでは見えにくい家庭での日常生活の一部を見ることができると、それまでの教師のとらえをより細かくみることができると考えられる。

本単元では、まず合宿までの時間において合宿で行う活動についての計画や準備を行う。自分がどのような日程にしたがって活動をしていけばよいのかということを理解しやすくするものとして単元カレンダーや日程表を作成する。作成にあたっては春の合宿で経験したことを想起しやすくするための視覚的な支援として、春の合宿の写真や日程表なども用意しておく。合宿中の活動において3回の調理活動は合宿中の活動の中心であり、生徒も興味・関心の高い活動である。1学期に通常の学級で家庭科の調理実習を行っているので、そこで学習した経験を活かしたいと考えている。生徒が自信をもって自分で取り組めるようにするための一つの支援として、自分ができると、手伝ってもらわなければならないことを、自分で意識または区別できるようにすることは、自分自身について理解することにつながるのではないかと考えた。支援をしてもらうことから少しでも自立に向けて自ら改善していこうとする意欲をもつことにつなげていきたいと考えた。さらに、自分で選択する、決定する場面を取り入れることで活動への意欲や関心につなげていきたいと考えた。合宿の事前学習では、合宿中に行う活動の中から自分の力でできそうな活動の内、普段の生活の中でも自分でしてほしい内容、例えば布団の上げ下ろし、調理道具の準備や片付けなどを取り上げ、事前に何回か自分の力で試してみる活動を取り入れることにした。事前学習において実際にやってみることで自分にできることがわかれば自信をもって合宿に臨むことができると考えた。そこで、事前学習で試しにやっているとところを写真に撮影したものをカードにし、それを使って練習する活動を取り入れた。本番の合宿でわからなくなった時にはそのカードを見ながら自分でできるようにしたいと考えた。

### 3 展開計画 (23時間)

次	主な活動内容	時	学習内容・活動
1	秋の合宿までの単元カレンダーをつくろう	2	合宿までの準備の計画表を単元カレンダーとして作成する
	合宿中の日程表をつくろう	1	合宿中に行う活動を決め、自分ができる役割を一覧表にまとめる
	合宿中の食事の材料を調べよう	2	食事作りに必要な材料の量や値段を調べたり、調理の道具を調べて手順表に書き込む
	秋の合宿の用意をしよう	8	寝具の用意や片付け、シャワー室の利用の仕方、寝る部屋の整頓、調理室の整頓など合宿で使用する部屋の準備をする
2	宿泊をしよう	6	学校で食事作りをし宿泊する
3	秋の合宿の報告をしよう	4	2年生3年生の修学旅行報告会にあわせて合宿の報告をする

### 4 授業の実際

支援については生徒の実態から次の3つの視点にポイントを絞って手立てを考えていった。

- ①単元全体や個々の活動に対する内容的な見通しがもてるようにする
  - ・何をするのが分かるように視覚的な情報で提示する
  - ・いつするのかという時間的な流れが見えるように視覚化して提示する
- ②自分の力でできそうだというような意欲的な見通しがもてるようにする
  - ・楽しみがあり自分もやってみたいと思えるような内容を取り入れる
  - ・自分でできそうなことと手伝ってもらおう事を意識させる
  - ・過去の活動の写真などをもとに自分にもできそうな活動を取り入れる
- ③どのようにすればできそうかという方法的な見通しがもてるようにする
  - ・手順表によりどのような順番で取り組めばよいか分かるように情報を細分化したり順序立てて提示したりする
  - ・方法が見えるように写真などの視覚的な情報で提示する

#### (1) 合宿の単元カレンダー、日程表をつくろう

◆単元全体に対する見通しと個々の活動に対する見通しがもてるようにするための支援 (単元カレンダー、日程表)

生徒Aは合宿の経験が小学校でもあり、中学校でも春に1度経験をしている。しかし合宿についての具体的なイメージはあいまいで、生徒Aに聞いてみても、どこかに泊まることぐらいしか出てこなかった。そこで今までに中学校での合宿を経験をしたことがある生徒から話を聞いたり、過去の活動の写真を見たりすることで中学校の合宿についてイメージをつかませた。そして、単元全体に対する大まかな見通しがもてるようにするために生徒とともに単元カレンダーをつくり合宿までの流れをつかませることにした。さらに、合宿中の具体的な活動のイメージをもたせるために日程表もつくることにした。

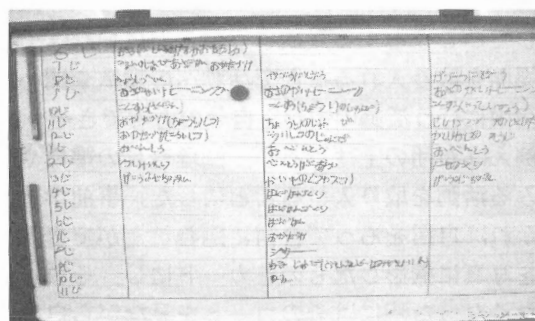
#### 単元カレンダー

大まかな見通し→合宿までにどんな活動をするのか

合宿ではどんなことをするのか

細かな見通し →1日1日の生活の流れ

→その日にする活動の中身



→1日目, 2日目の何時にどんな活動をするのか

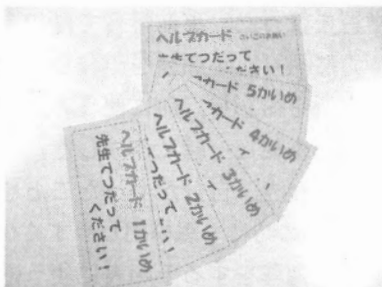
日程表には時間ごとに区切られた罫線を引いておき書き込む際に罫線の中に文字が入るよう意識して書かせることで, 読みやすい表にすることができ, 合宿中も生徒がこの表を見ながら活動することができた。

個々の活動に対する見通しについては, 合宿のしおりを作成し, 一日の流れに沿って生徒が分かりにくいと思われる活動については, 内容を細かく分けて表にまとめた。例えば, 調理活動では, 値段調べの表, 献立表, 調理の手順表などを作成することで, より細かな見通しをもたせることができた。また, これまでの合宿の写真を見ながらどんな活動があったかふりかえり, 合宿の中でやってきた活動を思い起こしながら自分にもできそうな活動をあげさせた。

## (2) 役割分担リストを作ろう

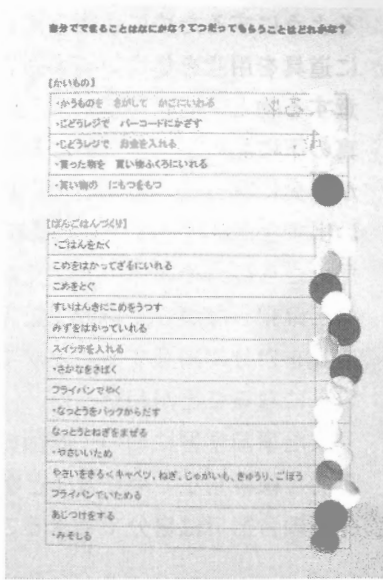
### ◆自分でできそうだという意識的な見通しをもたせることができるようになるための支援

自分でできることと相手にできることをお互いに理解し, 仕事を分かち合うことで, 自分が責任を持ってやるべき事や協力をしてやるべき事, 相手にお願いをしてやってもらうことを意識させることで, 他の人とかか



わり合って活動を進めていくという協力的な態度を養うことができた。それぞれが責任をもって自分の役割を務める態度を養うことは社会参加を促すことにもつながると考えられる。

実際の取り組みでは, 写真のように自分でできそうな仕事には銀色のシールを貼り, 先生に手伝ってもらわないとできないような仕事には赤のシールを貼るようにした。あらかじめ教師の方で生徒が一人でできそうな活動を予想し, それ以外に教師が手伝



う必要がありそうな活動を入れた仕事の役割分担表を作成しておいた。その結果ほとんどが銀色のシールであったが, 赤いシールもいくつか貼っていた。合宿ではこれらの表を見ながら「これは自分がやります。」とか「これはお願いします。」など役割を意識したことばがたくさん聞かれた。それだけでなく, 赤いシールが貼ってあった項目で, 買い物の荷物を持つ場面では, 教師の「手伝おうか?」ということばに「いいです, いいです。」と最後まで自分でもとうとする姿勢を示し, 実際に最後まで自分で持つなど, 自分でやろうという意識にもつながったと思われる。

## (3) 食事の材料調べ・調理活動

### ◆方法的な見通しがもてるようになるための支援

合宿では夜の食事作りと翌朝の朝食, 昼の弁当を作ることにした。メニューは生徒と相談をしながら, 交流学級の家庭科で鯡のムニエルの調理実習を行ったので, それを夕食のメインにしたり, 家庭科で栄養素の学習をしたので, 5色の食品群の中から食材を選ぶようにした。材料の買い物をする活動では, 事前にスーパー

ざいりょうのねだんしらべ

品名	りょう・かず	ねだん
わかめ (1にぎり)		130
あぶらあげ (1まいか2まい)		
とうふ (1ちょう)		
ごぼう		

メニュー

ごはん (こめ)  
みそしる (わかめ, あぶらあげ, とうふ, みそ, ごぼう)  
やさいいため (キャベツ, にんじん, たまご, じゃがいも)  
やきそば (あじ)  
なつとう (たまご, からし)  
プリン (卵, うに, プリンのちり)

あさごはん  
ごはん  
みそしる (あぶらあげ, ねが, わかめ)  
なつとう  
たまごやき  
きゅうにゅう

べんとう  
ごはん  
たまごやき  
やさいいため  
ハンバーグ  
うめざし  
ミニトマト  
にちの (じゃがいも, にんじん, ごぼう)

マーケットに行き、まず1回目に必要な材料がどのくらいの量でいくらで売っているのかということと、値段を調べに行った。このときは必要な食材を見つけることができその値段を書き留めることだけをねらいとした。生徒は必要な食材を書いた表を片手に値段の札をよく見て表に記入することができた。パックで売っている場合は中に入っている野菜の量なども紙に書くようアドバイスをした。また同じ食材でも値段が何種類もある場合や量によって値段が違う場合などは、安い方(数字の小さい方)を買うようアドバイスしたり、食事をする人数や自分が食べられる量を生徒と一緒に考えながらなるべく自分で記入ができるよう助言をした。

調理を自分でしようとする、材料や道具を自分で用意するところからしなければならぬ。そのためには材料の分量を決め、材料を買いに行き、道具を用意するために何処に何があり、何をするときを使う物なのかが分からないといけぬ。それを生徒の力でできるようにするために合宿の事前学習を行った。事前学習では実際に道具を用意をしている場面を写真に撮り、手順表を作成した。用意する物と、それがしまっている場所を撮影し、何に使うのかを写真の下に記入し、カードにしたものを生徒と一緒に作成した。自分が写真に写っていることで、親しみもわき、自分がやったことを思い出すきっかけとなり、実際の調理活動の時にも思い出しやすくなった。さらに、そのカードを見ながら、調理をする手順表に使う道具は何を使うか、何処にあったかなど確認しながら、自分で記入していくことができた。実際の調理活動においても手順表を参考に道具を自分で用意することができた。このような手順表があることで生徒の力で調理をすることが容易になることがわかった。



また事前学習において布団の準備やシーツを敷くこと、起きたときに自分で片付ける事なども、事前に練習をしてやり方などを確認した。春の合宿では2年生にやってもらっていたことだったが、今回の合宿では自分でできることが分かった。

## 5 成果と課題

自立的な生活能力を高めていくための学習における教師の支援について、「生徒の実態から教師が考えた支援は、障害による学習上の困難を改善・克服し、自立的な生活能力を高めるために有効であったか」という視点から実践に取り組んだ結果、自分にできそうだという意欲的な見通しは活動を支える上でとても重要であることが分かった。支援の中でも教師のはたらきかけによるところが大きいと感じた。また、見通しがもてるようにするための支援という点で、生徒の実態から視覚的な情報が有効であったが、何度か繰り返してみるという経験が自信を高めることにとっても有効であったことも今回の実践によって確かめられた。今回の宿泊学習の単元においては一人での合宿ということから、個の力、特に自立に目を向けた取り組みの中で生活能力を伸ばすことができたが、自立と社会参加ということをめざす場合、やはり集団への参加ということが大きな課題になるため、今後はこの集団への参加という視点から、今回の合宿での成果を活かした支援のあり方を探っていく必要があると感じた。

## 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)平成21年 文部科学省
- ・ビギナーズガイド：生活機能、障害、健康に関する共通言語にむけて：ICF 国際生活機能分類 (<http://www.mhlw.go.jp/shingi/2008/12/d1/s1210-6a.pdf>) (2010/3/31最終アクセス)  
(ならい ただし 特別支援教育 tadashi-n@edu.shimane-u.ac.jp)