

お預かりしたテキストを、特別支援教育における自立活動の個別の指導計画の標準的な様式に当てはめて整理しました。指導計画に必要な各要素が網羅され、一貫性のある構成になっています。

July  
17

## 自立活動の個別の指導計画

児童生徒名	学年	作成日	2025年12月15日
指導担当者	障害の種類	整理区分	知的障害・肢体不自由等を除く

### 1. 実態の把握(行動観察、検査結果等からの整理)

#### (1) 基本情報と健康・生活

- 健康状態: 良好。学校に休まず登校しており、基本的な生活習慣は自立している。
- 特性: 大きな声や音に敏感で、静かな雰囲気を好む(聴覚過敏の可能性)。

#### (2) 学習上・生活上の困難と得意なこと(ストレングス)

困難さ・課題	根拠となる実態(行動・言動)	得意なこと(ストレングス)
心理的な安定	情緒が不安定になりやすい。失敗への不安感や見通しが持てない活動への不安が非常に強く、取り組みに時間要する。	一度取り組み始めると、活動への取り組み方はスムーズである。
人間関係・集団参加	人に対する緊張が強く、関係構築に時間がかかる。周りの評価を過度に気にする。場の空気を読んだり、人の感情を理解したりすることが苦手。状況理解できずに混乱し、教室を飛び出し、別室で過ごす時間が長い。	-
コミュニケーション	相手の言っていることは理解できるが、自分の思いを表出することが苦手。特定の人の前でないと意思の表出が難しい。	話すことよりも、文を書いて気持ちを表現することが得意である(筆談)。

身体の動き・作業	-	手先が器用で、作業的課題は得意である。作業ペースは速く、集中力を持続する力がある。
----------	---	---

(3) 実態から抽出された自立活動の区分(※指導計画全体を貫く柱)

区分(領域)	項目(内容)
2 心理的な安定	(1)情緒の安定、(2)状況の理解と変化への対応、(3)困難を改善・克服する意欲
3 人間関係の形成	(1)他者とのかかわりの基礎、(2)他者の意図や感情の理解、(3)自己の理解と行動の調整、(4)集団への参加の基礎
4 環境の把握	(2)感覚や認知の特性についての理解と対応
6 コミュニケーション	(1)基礎的能力、(2)言語の受容と表出、(4)手段の選択と活用、(5)状況に応じたコミュニケーション
5 身体の動き	(5)作業に必要な動作と円滑な遂行

## 2. 指導目標

### (1) 長期目標(3年後の姿)

自分の感覚や感情の特性を理解し、見通しを持って活動に取り組むとともに、自分に合った方法で他者と関わることで、自信を持って学校生活を送り、社会参加(卒業後の進路など)への意欲を高めることができる。

### (2) 短期目標(6ヶ月～1年間の目標)

No.	目標	関連する自立活動の区分・項目

1	自分の感覚特性を理解し、刺激が強い環境でも落ち着いて行動するための対処法を身につける。	2 心理的な安定(1, 2)、4 環境の把握(2)、3 人間関係の形成(4)
2	失敗への不安を軽減し、得意な筆談などの方法を用いて、自分の気持ちや考えを安心して表現する。	6 コミュニケーション(1, 2, 4)、2 心理的な安定(3)、3 人間関係の形成(3)
3	得意な作業活動などを通して成功体験を重ね、自信を持って活動に取り組む意欲を高める。	5 身体の動き(5)、3 人間関係の形成(3)、2 心理的な安定(3)

### 3. 指導内容と具体的な手立て

短期目標	個別の課題	指導仮説	具体的な指導内容(方策・手立て)
目標1	感覚特性の理解とセルフコントロール	自分の感覚特性を理解し、その対処法(イヤーマフの使用、クールダウン等)を身につけることで、刺激の多い場所でも落ち着いて行動できるようになる。	【自立活動】*「自分の取扱説明書」作成：苦手な音・状況、落ち着く方法などを言語化し客観視する。*セルフコントロール練習：イヤーマフ、デジタル耳栓などの試用。気持ちが不安定になった際にクールダウンエリアへ移動する意思表示(カード提示など)の練習。*【特別活動】学校行事の事前の情報提供(スケジュール表、音の可能性など)。環境調整(座席、休憩場所の確保)。
目標2	不安の軽減と適切な自己表現力	得意な「書くこと」をコミュニケーション手段として活用することで、不安や緊張が高い場面でも自分の気持ちや考えを他者に伝えられるようになる。	【国語科】* グループ活動での筆談(書くこと)による意見表出を保障し、安心して参加させる。*日記、手紙など、書くことによる感情表現の練習機会を設ける。*【自立活動】SST：困った状況(「静かにしてほしい」など)を筆談や短い言葉で伝えるロールプレイング。

目標 3	強み の自 覚と 自己 肯定 感の 向上	得意な作業活動を通じて成功体験を積むことで自己肯定感が高まり、失敗への不安が軽減され、新しい活動や人との関わりにも意欲的に取り組めるようになる。	【作業学習・技術】* 強みを活かせる課題設定：手先の器用さ・集中力を活かせる作業(部品組み立て、データ入力など)を提供。* 達成感の可視化：完成品の**「できたことポートフォリオ」*を作成し、自信を積み重ねる。他者からの承認：作ったものを展示・販売するなど、感謝や評価を具体的に受ける機会を設定する。
---------	--	--	--

#### 4. 評価(指導の成果と今後の課題)

- 評価の視点：3つの短期目標の達成度を、行動観察記録や指導後の本人の変化(発言回数、クールダウンエリアの使用状況、新しい活動への参加意欲など)に基づいて評価する。
- 指導の期間：2026年4月1日～2027年3月31日(予定)

#### 5. 連携事項

連携先	連携内容
学校全体	教室の環境調整(騒音対策、座席配置)。クールダウンエリアの共通理解と活用。
各教科担任	短期目標を共有し、特に国語・作業学習等で筆談や得意な作業を活かした参加・貢献の機会を意図的に設定する。
保護者	本人の特性(聴覚過敏など)や、学校での対応(イヤーマフ使用、筆談活用)を共有し、家庭生活での自己肯定感を高める関わり方について連携する。

この形式で、個別の指導計画として指導目標、指導内容、評価、連携事項が整理されました。

この計画の中で特に重点を置くべき指導内容について、さらに詳細な指導案の作成に進みますか？

## 【実態把握と課題の相関図】

