

高等学校「通級による指導」で行う自立活動の指導内容例

高等学校における「発達障害等のある生徒の困難さ」と 通級による指導で行う「自立活動の指導内容」について

令和8年 特別支援教育推進室



特別支援教育推進室調べ

「公立高等学校等における障害のある生徒に関する調査」結果より

1 発達障害等のある生徒の困難さ

(1) 学習面に関すること

- ① 授業中に集中が続かず、注意が散漫になる。
- ② 課題に取り組む際、指示の理解に時間がかかり、作業の開始や遂行が遅れる。
- ③ 説明を一度で理解することが難しく、繰り返しの説明が必要。
- ④ 学習内容の定着が不十分で、翌日には忘れてしまうことが多く、復習が必要。
- ⑤ 文章の読み書きに苦手さがあり、語彙が少ないため表現が限定的。
- ⑥ 計算に時間がかかり、数の概念が不安定な様子がある。
- ⑦ 授業中に立ち歩くことが多く、課題や宿題に取り組む際に非常に時間がかかる。
- ⑧ 提出物や物品管理、時間管理の困難、学習面のつまずき（読み書き、ワーキングメモリー、学力不振）がみられる。

このような“困難さ”が
各校から報告されています…



(2) 行動面に関すること

- ① 授業中に席を離れることがあり、落ち着いて過ごすことが難しい。
- ② 衝動的に行動することがあり、順番を待つことが苦手。
- ③ 友達との関わりでトラブルになることがあり、言葉がきつくなる場面がある。
- ④ 感情のコントロールが難しく、怒りや不安が強くなることや泣きやすい傾向がある。
- ⑤ 特定の物や行動に強いこだわりがある。
- ⑥ 複数の指示をまとめて理解することが難しい様子がある。
- ⑦ グループ活動では指示を聞き逃しやすく、失敗すると強く落ち込む、または癇癢を起こすことがある。
- ⑧ 注意・集中の困難、衝動性、情緒の不安定さがみられ、授業への参加や集団生活への適応に課題がある。
- ⑨ コミュニケーションの苦手さ（自己表現、他者理解、距離感、緘黙等）、予定変更や見通しのなさへの弱さがあり、不安や混乱、逃避行動、パニックにつながる場合がある。
- ⑩ 感覚過敏や身体的な不調（居眠り、疲労、体力不足、起立性調節障害等）、医療的配慮や合理的配慮を要するケースも含まれる。



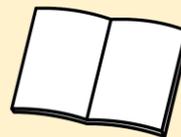
「通級による指導」では、生徒一人ひとりの障害等による“困難さ”に応じて、

特別支援学校の『**自立活動**』に相当する内容を指導します。



自立活動の内容とは？ (⇒ 次ページへ…)

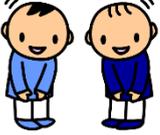
Q 自立活動の内容には、何がありますか？



- ① 人間としての基本的な行動を遂行するために必要な要素と、
- ② 障害による学習上又は生活上の困難を改善・克服するために必要な要素で構成され、**6区分**にまとめられています。

2 高等学校で取り組まれている指導や支援 (自立活動の内容6区分に整理)

各校で実際に、自立活動に相当する様々な指導・支援が行われています！

自立活動の区分	実際に行われている指導（学習）内容や支援
<p>①</p> <p>健康の保持</p>	<p>① 疲労や体調を自己把握するための振り返り (体調チェック、気分スケール 等)</p> <p>② かんしゃく・パニック時のクールダウン方法の習得</p> <p>③ ストレスコーピング (呼吸法、休憩の取り方、逃げ場の確認)</p> <p>④ 投薬や医療的配慮を踏まえた学校生活の調整・工夫</p> <p>⑤ 安心して過ごせる居場所や休憩の保障</p> 
<p>②</p> <p>心理的な安定</p>	<p>① 自分の特性・苦手さ・得意さを整理する自己理解ワーク</p> <p>② 感情を言葉で表す練習 (気持ちカード、感情温度計 等)</p> <p>③ 不安や混乱が生じやすい場面の可視化と対処方法の共有</p> <p>④ 成功体験を積み重ねる小さな目標設定</p> <p>⑤ 指導の受け止め方を練習する面談 (注意 = 否定ではないことへの理解)</p>
<p>③</p> <p>人間関係の形成</p>	<p>① SSTによるあいさつ、断り方、頼み方、謝り方の練習</p> <p>② 距離感や言葉の強さを調整するロールプレイ</p> <p>③ トラブル場面を想定した対応の練習</p> <p>④ 少人数や安心できる集団からの段階的な参加</p> <p>⑤ 部活動や行事参加の方法について事前に確認・選択肢化</p> 
<p>④</p> <p>環境の把握</p>	<p>① 1日の流れや予定変更を視覚的に提示 (スケジュール表 等)</p> <p>② 変更が起こりやすい場面の事前共有</p> <p>③ 提出物や期限管理を補助するチェックリストの活用</p> <p>④ 学校・教室・部活動等のルールを具体的に確認</p> <p>⑤ 困ったときの相談先や伝え方の明確化</p> 
<p>⑤</p> <p>身体の動き</p>	<p>① 疲れにくい姿勢や動き方の工夫</p> <p>② 視覚・聴覚・身体各機能に応じた環境調整</p> <p>③ 補装具 (例：電動車いす) 等補助具の適切な使用・支援</p> <p>④ 体育や移動場面での安全確保と配慮</p> 
<p>⑥</p> <p>コミュニケーション</p>	<p>① 指示を短く・具体的に伝える工夫</p> <p>② 書字困難への配慮 (タイピング、記述量調整 等)</p> <p>③ チャットやメモなど代替となる表現手段の活用</p> <p>④ 困り感を伝える練習 (ヘルプカード 等)</p> <p>⑤ 面接や進路を見据えた表現練習</p> 