

自立活動「社会スキル」の実施について

令和6年(2024年)熊本県立湧心館高等学校全日制

1 社会スキルとは

- 障がいのある生徒の学習上または生活上の困難を主体的に改善、克服を目指します。そのため、生徒一人一人の教育的ニーズに応じた指導内容を設定して支援を行います。また、対象生徒の体調や心身の状態に応じてじっくりと話を聞き、心の安定を図ることを大切にしています。

2 受講者の決定方法

- 2, 3年生が対象です。
(理由: 1年生は必修科目が多く、時間割に設定することが難しいためです)
- 学年会等で受講の必要性が高い生徒を挙げてもらい、対象の生徒と保護者に対して学校から個別に案内を行っています。
- 受講の内諾後、通級指導委員会の検討を経て正式に受講者を決定します。

3 教育課程上の位置づけ

- 教科名は「自立活動」で、本校では「社会スキル」と呼んでいます。
2年生は「社会スキルA」、3年生は「社会スキルB」という名称です。
- 選択教科に替えて行う教育課程として実施しており、年間2単位です。
- 1年生については、次年度からの受講予定者に対して、月に1回程度、放課後等に面談を実施します。

4 社会スキルの指導内容

- 特別支援学校の自立活動の内容を取り入れた学習を実施しています。
- 各教科の補充学習等は基本的に行わず、受講生徒の実態に応じて年間の指導計画を立てます。主にコミュニケーションやストレスマネジメント等に取り組んでいます。
- 3年生は、進路決定の学年であることから、より具体的・実践的に学習するため、求人票や履歴書を教材として取り扱ったり、面接場面を想定したりしながら、卒業後の進路実現に向けた、他者との信頼関係づくりや日常生活を円滑に営むために必要な知識や技術について個別に指導を行う場合もあります。



5 成果

- 令和5年度の事例では、職員室に入って教師に相談をすることが難しい生徒に対して、職員室への入り方と相談の仕方についてロールプレイを行い、担当者同行のもと、実践をしました。相談が上手くできたことが自信に繋がり、学習で身につけた相談の型を学校生活に生かすことができるようになりました。

自立活動「LST（ライフスキルトレーニング）」の実施について

令和6年(2024年)松橋高等学校

1 LST（ライフスキルトレーニング）とは

○松橋高校で、「通常の学級に籍を置きながら困りや不安に応じた特別の指導を通級指導教室で行う自立活動」を、LST（ライフスキルトレーニング）といいます。

2 受講者の決定方法

1年生（入学前後）

- ①3月末、新入生と保護者全員に周知した後、希望者と面談します。
- ②4月、校内委員会（入級検討委員会）を開催し、受講生などを決めます。
- ③4～5月、「個別の教育支援計画」・「個別の指導計画」（以下、計画）を作成し、開講します。

1・2・3年生（入学後）

- ①関係職員で情報を共有し、効果的な学習方法や支援方法を検討・実施します。
- ②本人・保護者がLSTを希望した場合面談を行い、LSTの体験の機会を設けます。
- ③体験の振り返りを行い、本人・保護者の希望があれば次年度からの入級を検討します。

3 教育課程上の位置づけ

○終礼の後、7限目に実施します。

○週に1時間です。

○年間をとおして授業に参加し、困りや不安が軽減したり自分なりに対策方法を試したりして成長が見られた場合は、職員会議などを経て単位を認定します。

たくさん話してくれてありがとう！



4 LST（ライフスキルトレーニング）の指導内容

- 自己理解、SST（ソーシャルスキルトレーニング）、ストレス対処教育、アンガーマネジメントなどを実施しています。
- 得意なことを他者から認められたり、困ったことを相談したりする機会を確保し、安心して自己開示できる環境づくりの練習をしています。
- ゲームを含むさまざまな活動をとおして、他者と楽しく関わる経験を積み重ねたり、丁寧かつ速く正確な作業（仕事）をする意欲や能力を向上させたりします。

5 成果

- 定期的にセルフチェックリスト（アンケート）などを実施し、生徒自身が計画の作成・評価に関わりながら3年間LSTを学ぶことで、自他の個性や特性との向き合い方を模索することができるようになります。
- 授業者やクラスメートがリフレーミング（肯定的な表現への言い換え）を行いながら声をかけることで、自然と前向きな気持ちに切り替えることができるようになります。
- 絵カードを使ったSSTと生徒自身の言動を重ね合わせて振り返ることで、その後の言動を調整しようとするようになります。
- インターンシップ参加生徒が受講する事前指導と類似した活動を行うことで、インターンシップや就職に対する心理的なハードルを低くしています。
- 進路先への引継ぎなど、高校卒業後所属する社会集団の中で自己開示する方法やメリットを知ることができます。

自立活動「ライフスキル」の実施について

令和6年(2024年)熊本県立菊池農業高等学校

1 自立活動ライフスキルとは

個々の生徒が自立を目指し、学習上又は生活上の困難を主体的に改善・克服するために必要な知識、技能、態度、及び習慣を養い、もって心身の調和的発達の基盤を養うことを目的として指導を行います。苦手なことや困っていることを解決したり、うまくいくようにしたりするために、必要なことを学ぶ授業です。

2 受講者の決定方法

- ①「ライフスキル」の概要をまとめた案内文書を作成し、生徒・保護者に配付します。
- ②受講を希望する生徒・保護者と面談を実施し、「ライフスキル」の目的や内容、評価について説明し、体験活動を行います。
- ③校内委員会で「ライフスキル」が必要か判断し、校長が受講者の決定を行います。
(受講できる人数は限られています。)



【大切なこと】

- 本人に苦手なこと、困っていることがあり、学ぶ気持ちがあること
- 保護者の同意があること
- 1～6限の通常の授業に参加できること

3 教育課程上の位置づけ

- 第2・3学年において、週1回、放課後の7限目に実施しています。(右に例示)
- 第1学年の間は実態把握を行い、3学期から体験活動を実施します。(2・3年生の体験授業も随時実施。)
- 履修した生徒には、職員会議を経て増加単位1単位を認定します。
- 教科の学習や補習は行いません。

例	月	火	水	木	金
1	現文	LHR	英表	現文	数学
2	英表	世界史	現文	農簡報	世界史
3	体育	課研	数学	専攻	農機
4	世界史	課研	体育	専攻	農機
5	専攻	体育	総実	化学	専攻
6	専攻	農経	総実	農経	専攻
7			LS		

4 自立活動ライフスキルの指導内容

自己理解、コミュニケーション、人間関係、感情と行動のコントロール、ストレスマネジメントなど、学習内容は生徒一人一人に応じて計画し実施します。基本的には個別または少人数での指導となります。

- (例) ・自分の考えや気持ちを分かりやすく伝えたり、順序立てて話すなどのコミュニケーションに関する指導、人間関係でのポイントやアサーションの学習
・ストレスマネジメントやアンガーマネジメントの学習 など

5 成果

- 生徒たちからは「この1時間の楽しみがあるから日々の学校生活を頑張れる!」、「この授業では安心して自分を出せる!」、「自分の気づかない長所を知ることができ、自信が持てた」、「いろんな先生方にほめられて嬉しかった」、「習ったことを活かした場面があった」、「将来に役立つことを学べてよかった」などの声が聴かれます。
- コミュニケーションの表現方法が増え、自分なりに自己表現をしたり、困ったときに相談したりする場面が増えてきました。



自立活動「ライフスキル」の実施について

令和6年(2024年)岱志高等学校

1 ライフスキルとは

通常の学級に籍を置き、個々の特性に応じた特別の指導として「自立活動」の内容を取り入れた授業を行っています。自立活動では、生徒が自立を目指し、障がいによる学習上または生活上の困難を主体的に改善・克服するために必要な知識、技能、態度及び習慣を養い、心身の調和的発達の基盤を培うことを目標としています。これまでの個別の支援に加え、きめ細かな指導や支援が可能となり、生徒本人の学習意欲や自己肯定感の向上、心理的な安定につながります。

2 受講者の決定方法

学校生活上困り感や不安を抱えている生徒（自閉症者（ASD）、情緒障がい者、学習障がい者（LD）注意欠陥多動性障がい者（ADHD））を対象としています。障がいが見えにくい生徒も対象とし、本人、保護者のニーズをもとに校内委員会等で検討し、選定します。また、通級指導を受講するための基本的事項として、①本人が通級指導を希望していること、②保護者が通級による指導を希望して協力的であること、③本人に困っていることがあることを掲げています。生徒、保護者へのアナウンスは合格者説明会や教育課程説明会や、入学前面談や巡回相談の際に生徒・保護者に案内し、ライフスキルの受講希望を確認します。希望生徒は通級担当者と面談（体験版）をし、実態把握や信頼関係の構築を図りながら、対象生徒への指導内容を計画・実施しています。

3 教育課程上の位置づけ

通年履修者は単位認定し（2、3年生対象）、放課後7時間目に突き出し1時間で実施しています。1年生、その他の2、3年生（希望者）は体験版として、月1～2回程度で実施しています。

例	月	火	水	木	金
1	生物	地理	地理	地理	美術
2	数学	化学	絵画	英語	美術
3	体育	英語	絵画	古典	化学
4	古典	国語	絵画	体育	数学
5	英語	構成	絵画	生物	窯業
6	地理	構成	LHR	国語	窯業
7	部活動、放課後学習会など				LS



4 ライフスキルの指導内容

生徒一人一人の困り感に合わせ、生活面・情緒面の自立活動を行います。対象生徒一人に対し、1～2名の指導者で担当し、主たる指導者が授業を展開、それ以外の指導者で生徒と共に授業内の活動に参加しています。また、荒尾支援学校（高等部）の先生方にも協力いただき、参観後に助言を頂き、授業内容の研鑽に努めています。



5 成果

会話やゲーム、ロールプレイを混ぜながら和やかな雰囲気の中で授業を展開し、継続した受講に繋がっています。また、カードゲームを使い、楽しくコミュニケーションスキルの向上を図ります。受講した生徒は良好な人間関係作りに役立て、話の聴き方話し方を身につけています。昨年度ライフスキルを受講している生徒同士が関係性作りに困り感を持っていることが分かり、それぞれにアサーションスキルトレーニングを実施したことで、良好な関係性作りに近づくことができました。

自立活動「ライフスキル」の実施について

令和6年(2024年)天草拓心高等学校(本渡校舎)

1 ライフスキルとは

- 本校における『通級による指導』は、「ライフスキル」という名称で行っており、学校生活の中で人間関係やコミュニケーションなどの困りごとを感じている生徒を対象としています。
- 心身の調和的発達の基盤を築くための支援として、SST（ソーシャルスキルトレーニング）等を行い、学習意欲や自己肯定感の向上、心理的な安定が図られることを目指しています。

2 受講者の決定方法

- 受講対象は2, 3年生です。1, 2年生の生徒で、生徒本人と保護者がライフスキルの受講を希望される場合には、2学期以降に体験授業を行います。
- 体験授業に参加し、受講を続けるかどうかを検討いただいた後、生徒本人と保護者が次年度も続けて参加を希望する場合は、「ライフスキル受講願」を提出し、三者面談、校内委員会での検討を経て、次年度4月からの受講開始となります。

3 教育課程上の位置づけ

- 本校では、通常の教育課程に“加えて”履修する形（通常の6限授業の日課が終了した後7限目の授業を行う形）を取っており、原則週1回、個別授業形式で1年間の授業を行っています。1年間の履修をとおして、その成果が学習目標を満たしていると校内委員会で認められた場合には、1単位の増加単位を修得することが出来ます。
- 2学年時の年度末に、さらに次年度も続けて受講を希望する場合には、再度校内委員会での審議を経た後、3学年時での受講を許可します。3学年時の学習成果が認められた場合には、さらに1単位の増加単位を修得することも出来ます。

4 ライフスキルの指導内容

本校で行う授業内容の一例として以下のようなものがあります。

- いろいろなコミュニケーション活動をとおして、相手の立場やその場の状況に応じた言葉かけが出来るようになる。
- いろいろなシチュエーションを設定し、その場で使える言葉や使わない方が良い言葉などを学習していく。
- 自分の思いを伝え合う活動を繰り返し行うことで、自分の中で自信を持って使える言葉を増やしていく。

5 成果

受講生の声

- 自分自身のストレス解消法を知ることができ、他者に対しても心をより広く持って対応できるようになりました。
- 以前は自己肯定感が低く何でもないことをマイナスに考えてしまいがちでしたが、徐々に自分に自信が持てるようになりました。
- いろいろな場面で、どのように行動をした方が良いのかについて考えを深めることができるようになりました。

自立活動「ライフスキル」の実施について

令和6年(2024年)熊本県立翔陽高等学校

1 「ライフスキル」とは

- 「ライフスキル」では、自立活動を通して、心理的な安定を得るとともに、学習意欲や自己肯定感の向上につながるよう、生徒が抱える学習上・生活上の困難さを改善・克服するために必要なスキルの習得を目指します。

2 受講者の決定方法

- 受講を希望する生徒及びその保護者と面談を実施し、「ライフスキル」の目的や内容、評価について説明します。
- 生徒面談や体験版授業を実施し、受講の可否を判断する情報を収集します。
- 校内委員会で「ライフスキル」の受講の必要性を検討し、その報告に基づいて、校長が受講者の決定を行います。



3 教育課程上の位置づけ

- 「ライフスキル」は、2・3年次の選択科目の一つとして設定しています。

受講者は、2年次で「ライフスキルA」、3年次で「ライフスキルB」を選択することができます。

2年次、3年次で継続して履修することもできますし、2年次、3年次のいずれかで履修することも可能です。「ライフスキル」の授業は週2回（2単位）あります。

	月	火	水	木	金	土	日
1							
2		■					
3							
4				■			
5							
6							
7							

4 「ライフスキル」の指導内容

- 指導内容は受講者一人一人の実態や教育的ニーズに応じて決定します。

- (例) ・自己理解(性格、得意、不得意、苦手なことへの対処法)
- ・手帳を活用したスケジュール管理
 - ・コミュニケーション(会話、報告、依頼、質問、意見を言う、話し合う、説明する、教える)
 - ・ストレスマネジメント



5 成果

- コミュニケーションに関する自立活動を行い、自分から人に話しかけたり、友人と一緒に行動したりできるようになりました。
- 意欲が高まり、人前で話す苦手さを克服し、受験面接で堂々と話すことができました
- (生徒の感想より)「初対面の人とも話しやすくなった。」「思っていることをすっと言えるようになった。」「説明する力がついた。」「感想などをすぐにはけるようになった。」「スケジュール管理ができるようになった。」「自分から勉強するようになった。」

自立活動「ライフスキル」の実施について

令和6年(2024年)阿蘇中央高等学校

1 ライフスキルとは

○本校のライフスキル(教科名:自立活動)とは、生徒自身が学習上又は生活上の困難を改善・克服する力を見につけることで、通常の学級での学習の理解が進んだり、学級活動・部活動等における人間関係が円滑になるなど、より充実した学校生活を送ることができるようになることを目標に取り組んでいます。

2 受講者の決定方法

- (1) 年度当初、「育友会総会」において、「通級による指導」の概要をまとめた案内文書を作成し、全ての生徒・保護者に配布をしています。
- (2) 受講希望の生徒・保護者と面談を実施し、同時に、学年会や支援班会議、生徒サポート委員会(特別支援教育推進委員会)での検討、本校巡回相談員への相談、SSW・SCと連携等を図り、「通級による指導」が必要か判断します。
- (3) その後、生徒・保護者へ「通級による指導」の詳細説明・ライフスキル受講願い提出後、受講者を決定します。

3 教育課程上の位置づけ

- (1) 阿蘇中央高校阿蘇清峰校舎2・3年生の生徒が対象です。
- (2) 1年生は、教育的ニーズを明確化する期間として捉え、生徒の学習・生活状況を把握し、面談や体験の授業を通じて、2年次以降からの実施へと繋がります。1年次での教育課程への位置づけは行いません。
- (3) 本校の「通級による指導」は、通常の教育課程に加えて履修します(7限目突き出し1時間)。原則として週に1回とし、個別指導形式で月曜から金曜のいずれかに曜日を固定して行います。
- (4) ライフスキル教室(阿蘇清峰校舎理科室棟3階)で実施します。

4 ライフスキルの指導内容

○指導内容は個別の指導支援シートや個別の指導支援計画を参考にし、生徒や保護者のニーズに即した指導を行います。

(例)

- (1) 具体的な場面で、自分の認知(物事の捉え方)の特徴に気づくことができるように指導します。
- (2) 自分の怒りの感情を数値化し、どのような時に気持ちが興奮するのかを理解するとともに、感情をコントロールする方法を身に付けます。



5 成果

○周りへの気遣いや言葉かけができるようになっただけでなく、ルールやマナーについても理解できるようになりました。

○日常生活において自分の言動を振り返ることができるようになりました。また、感情のコントロールを意識して取り組むようになりました。

自立活動「八農アクティブライフスキル」の実施について

令和6年(2024年)熊本県立八代農業高等学校

1 「八農アクティブライフスキル」(YALS)とは

- 「八農アクティブライフスキル」では、自立活動をととして、生徒が抱える学習上・生活上の困難を改善・克服するために、必要なスキルの習得を目指します。個別の教育支援計画を作成し、きめ細やかな指導を行ない、生徒本人の学習意欲や自己肯定感の向上、心理的な安定につなげ、より充実した学校生活を送ることができるようにすることを目指します。

2 受講者の決定方法

- ①PTA総会において「通級による指導」の概要をまとめた文章を作成し、全ての保護者へ配付します。
- ②受講を希望する生徒及びその保護者と面談を実施し、「八農アクティブライフスキル」の目的や内容、評価について説明します。また、1学期の校内生徒理解研修において検討し、特別支援推進委員会にて「通級による指導を進める」と判断した場合には個別に生徒及び保護者へ面談を実施し、案内をします。
- ③校内委員会にて「八農アクティブライフスキル」の受講の必要性を検討し、その報告に基づいて、校長が受講者の決定を行ないます。

3 教育課程上の位置づけ

- 2・3学年を対象とし、週に1回程度、放課後の7時限目に実施します。
- 1学年または新たに希望する2学年の生徒においては、教育的ニーズの明確化、学習・生活状況の把握、面談や体験の実施の後、2学年(3学年)以降からの実施へつなげます。
- 履修した生徒には、職員会議を経て単位1単位を認定します。
- 教科の学習や補習は行ないません。

	月	火	水	木	金
1					
2					
3					
4					
5					
6					

通級による指導を放課後に1時間加えています。

通級

4 自立活動「八農アクティブライフスキル」の指導内容

- 指導内容は受講者一人一人の実態や教育的ニーズに応じて決定します。
- 生徒が楽しみながら自己の課題を改善・克服することができ、「また参加したい!」と思うことができる充実した内容の工夫を行ないます。
- (例)・自己理解(得意・不得意・苦手なことへの対処法)
 - ・コミュニケーション
 - ・ソーシャルスキルトレーニング
 - ・アンガーマネジメント
 - ・手帳を活用したスケジュール管理、自己理解



5 成果

- 先生との関わりが増え、学校が楽しくなった!(生徒)
- 表情の作り方や、相手の気持ちを考えることができてきた!
- 回数を重ねるごとに学校生活が落ち着いてきた!(担当)
- 学級でも前向きな発言が多くなってきた!(学級担任)

