

各欄に示すのは6区分27項目のそれぞれの課題です。参照：特別支援学校教育要領・学習指導要領解説「自立活動編」（幼稚園・小学部・中学部）H30.3発行 P50～第6章
 手順①「とても必要である」課題に○、「必要である」課題に△を付けます
 手順②○や△についての課題を比較し、最も必要な「課題」が「優先課題」となります。そこから、目標を決めていきます。

区分項目	1 健康の保持	○ △	2 心理的な安定	○ △	3 人間関係の形成	○ △	4 環境の把握	○ △	5 身体の動き	○ △	6 コミュニケーション	○ △
1	生活リズム □睡眠リズムの安定 □食事や排せつなどの生活習慣の形成 □衣服の調整 □清潔の保持 □生理の始末		情緒の安定 □緊張や興奮の自己コントロール □パニック、固執性、傷/他傷、攻撃性/破壊性の軽減 □ヘルプの表出ができる		他者とのかかわり □教師との安定した関係 □愛着行動の促進、人間関係の広がり □他者からの働きかけを受容する □様々な他者の関わりに応じる		保有する感覚の活用 □人や物を追視できる □音や声のする方向がわかる □色んな触感の物をさわることができる □遊具などの揺れに対して立位や座位を保てる		姿勢と運動 □一定時間立位を保持できる □身体が揺れたり背もたれや机に頼らずに座位を保持できる □目的地まで移動できる		意思伝達の基礎的能力 □話している相手を見ることができ □相手の話す内容を理解し、それに応じた行動ができる □文字や絵カードなどでやりとりができる	
	2		体調の理解 □てんかん、喘息、アレルギーなどの持病の理解、自己管理		状況の変化への対応 □場面、状況を理解し、多動、常同行動を改善する □他者とやりとりできる場面を増やす(選択制緘黙)		他者の感情の理解 □相手の表情や語気から気持ちを感じ、適した行動がとれる □拒絶を示す相手の言葉や身振りに対し、行動を変更できる		感覚や認知の特性についての理解と対応 □不快な刺激を周りに伝えたり、自らイヤマフを付けたり、その場を離れることができる □不快な刺激に少しずつ慣れることができる		補助的手段の活用 □補助靴を履いたり靴に中敷きなどを入れて歩ける □握りやすく加工されたスプーンや鉛筆を使うことができる	
3	身体の状況の理解 □病気やケガ等による症状のある身体の部位についての自己管理、改善の意識		困難の改善・克服する意欲 □障がいの特性を理解し、主体的に学習上、生活上の困難を克服しようとする		自己理解・行動の調整 □得手不得手がわかり、表明できる □やり直しができる □穏やかに断ることができる		感覚の補助、代行手段 □眼鏡、補聴器を活用し、周りの状況を把握する		基本動作 □衣服の着脱ができる □食事ができる □トイレを使える □手洗い、歯磨きができる □描画、書字ができる		言語の形成と活用 □単語を組み合わせて要求、返答ができる □わからないことを質問することができる □5W1Hの理解、活用	
	4		特性の理解と環境調整 □自己の障がいの特性を理解し感情や行動を調整できる □過ごしやすいように環境の調整を訴えることができる		/		集団参加の基礎 □集団の雰囲気に合わせてられる □自ら集団活動ができる □マナーやルールを守って参加できる		感覚の活用による状況の把握 □身体の各部位の名称がわかり、意識して動かせる □体操、運筆、手作業など、色んな場面で、目的や状況に応じて身体を動かすことができる		移動能力 □自分の行きたい場所へ行くことができる □授業などで行くべきところへ自分で移動することができる	
5	健康状態の維持・改善 □肥満予防の為の食事管理 □運動量の確保などで体力の低下を防ぐ		/		/		認知や行動の手がかりとなる概念の形成 □手順書を見ながら作業をすすめる □タイムタイマーなどで時間の経過、残り時間がわかる □多い少ない、前後左右などの概念の理解		作業の円滑な遂行 □一定時間、机上の作業(学習)ができる □両手を使う作業ができる □道具を使って作業ができる □手指を使った細かい作業ができる		状況に応じたコミュニケーション □状況に応じてふさわしい言葉遣い、声の大きさで話すことができる □意味がわからない時は質問できる	

自立活動の具体的な手立て(例)

具体的な物の提示、遊びや体験活動を通じて、キーマンとなる教師を通して、絵カードやスケジュールなどの視覚支援ツールの使用、ホワイトボードやICT機器などのコミュニケーションツールの使用、LST(ライフスキルトレーニング…個人、集団)、SST(ソーシャルスキルトレーニング…個人、集団)、ビジョントレーニングやコグトレ(認知トレーニング)を用いてなど。他にもあります。