学校だより

東京都立北特別支援学校
令和８年６月３０日発行
７月号
副校長　吉田　朋之

皆様からご質問の多かった**自立活動**について、ご説明いたします。

本校では、学力の定着だけでなく、お子様一人一人が安心して生活し、自分らしく成長していくことを大切にしています。そのための学びの一つが「自立活動」です。

■ 自立活動とは

自立活動とは、子どもたちが将来、自分らしく生活していくために必要な力を育てる学習です。お子さんの、障害の特性による困難さを考えながら、身に付けていく学びです

・生活の中で困りやすいこと
・学習でつまずきやすいこと

→ **自立活動** →

「どうすればできるようになるか」
「どうすれば安心して過ごせるか」

■ どのような力を育てるのか

自立活動では、主に次のような側面からお子様の成長を支えます。

・生活習慣や体調を整えること　・気持ちを安定させること
・人との関わり方　・周囲の状況の理解
・体の動きや日常動作　・ことばやコミュニケーション

これらをすべて同じように行うのではなく、一人一人の状態に応じて内容を選び、無理のない形で取り組んでいきます。

■ なぜ大切なのか

こうした力は、教科学習だけでは十分に育てにくいことがあります。例えば、

・落ち着いて物事に取り組む力　・人と関わる力　・自分の思いを伝える

などは、学びや生活の「土台」となるものです。自立活動は、この土台を整え、将来の自立や社会参加につながる力を育てていく学びです。

■ 学校生活とのつながり

自立活動は、特別な時間だけで行うものではありません。授業や休み時間、行事など、学校生活の様々な場面と繋がりながら取り組みます。例えば、

・発表が苦手なお子さんには、授業の中で少しずつ話す経験を積む
・人との関わりに不安がある場合は、集団活動の中で関わりを広げる

など、日常の中で活かしながら力を伸ばしていきます。

■ 学校として大切にしていること

・「できること」に目を向けること
・その子に合った方法を一緒に見つけること
・小さな成功体験を積み重ねること

できないことを無理にさせるのではなく、「できた」「やってみよう」と思える気持ちを育てていくことを重視しています。

■ 終わりに

自立活動は、お子さんが安心して生活し、自分らしく社会の中で過ごしていくための基盤となる学びです。本校では、一人一人の実態に応じて、教育活動全体を通して計画的に取り組んでまいります。今後とも、保護者の皆様と連携しながら、お子様の成長を支えてまいります。どうぞ御理解と御協力をよろしくお願いいたします。

自立活動の様子は公式「X」で配信しております

https://x.com/SneKita_tokyo?ref_src=twsrc%5Etfw