

5. 個に応じた支援集

1

注意力に関する課題

こんな様子

	こんな場面	そうなる理由
A	教科書を開いているときに、他のページが気になって見入ってしまう。	<ul style="list-style-type: none"> • 注意を持続させることが難しい。(覚醒度、転導性) • 関係のある情報だけに注意を向ける機能が弱い。 • 注意の分配が適切でない。 • 注意を向ける対象を切り替える機能が弱い(過集中など)。
B	ドリルや作業を最後までやるのが難しい。	
C	授業中や給食中、最後まで座っているのが苦手。	
D	先生が話している時に注意を向け続けることが苦手。	

こんな支援をみかけました

	ポイント	例, 配慮事項
😊 ①	刺激になるようなものは片付ける。 無地のカーテンなどで目隠しする。	<ul style="list-style-type: none"> • 黒板まわり, 座席まわりの整理。 • 机の上に置くものは必要なものだけにする。
😊 ②	視覚的情報を活用して、注意を向けるタイミングを分かりやすく伝える。 (視覚化)	<ul style="list-style-type: none"> • やることをイラストを使って表示する。 • 授業の流れの常時掲示や矢印カードの活用。 • 4 学習過程のカードを使う。
③	分かりやすい言葉で説明をする。 (焦点化)	<ul style="list-style-type: none"> • 一度に一つ, 短くはっきり具体的な内容で発問, 指示, 説明を行う
④	見本や手本を示す。	<ul style="list-style-type: none"> • 具体的なイメージをもたせる。
⑤	身体を動かすような役割を与える。 (配り係, 準備係)	<ul style="list-style-type: none"> • 自由に歩き回るのではなく, 役割を果たしながら身体を動かす。 • 役割が果たせたかどうか確認を忘れない。 (感謝の気持ちや賞賛も)
⑥	15 分×3部の構成にした授業や学習過程を明確にして構造化された授業を行う。	<ul style="list-style-type: none"> • 授業の構造化を行い, カードや音声で学習過程の区切りを明確に伝える

■ 15×3の3つの流れで授業を進める

■ 聞く, 注意を向けるタイミングを分かりやすく



2

指示を聞いて行動するのが苦手

こんな様子

	こんな場面	そうなる理由
A	先生の指示をよく聞いていない。	<ul style="list-style-type: none"> • 言葉の発達が遅い。 • 聴覚的短期記憶に弱さがある。 • 関係のある情報だけに注意を向ける機能が弱い。 • 切り替えが難しい。
B	先生の指示の後、関係ないことをしている。	
C	今やっていることがやめられない。	
D	やるべきことが分からず、キョロキョロして困っている。	<ul style="list-style-type: none"> • 自己肯定感の低さや不安感の強さが影響している場合もある。

こんな支援をみかけました

	ポイント	例, 配慮事項
😊 ①	指示や活動内容を板書に残す。(視覚化)	レベルアップ 残すだけでなく、「10秒で消すよ」と短時間で取り組める工夫もよい。
😊 ②	手がかりとして見本を示したり、モデルとなる人を隣に座らせる。	<ul style="list-style-type: none"> • 教員の見本を演示する。指示を理解できなかったり聞き漏らしたりした際も、周囲の状況を見て活動できた場合は賞賛する。
😊 ③	一度に一つ、端的で分かりやすい指示を出す。	<ul style="list-style-type: none"> • 同時に複数の指示を出さず、焦点化の手法で一度に一つ、短くはっきり具体的な内容で発問、指示、説明を行う。
④	ICT機器を活用して分かりやすい指示を出す。	<ul style="list-style-type: none"> • 矢印やマーク、囲み、アニメーション等を活用し、注目しやすいように工夫する。
⑤	個別に手順カードを渡し、確認できるようにする。	<ul style="list-style-type: none"> • ワークシートやメモ等を利用して手順等をいつでも確認できるようにする。
⑥	目線を合わせて、呼吸を合わせて話をする。	<ul style="list-style-type: none"> • 目線が合っていることを確認してから話を始める。

■ 指示や活動内容を板書に残す(視覚化)

レベルアップ「準備, 10秒で消すよ」指示を聞いて、すぐに行動できる習慣づけ



手先の作業が苦手

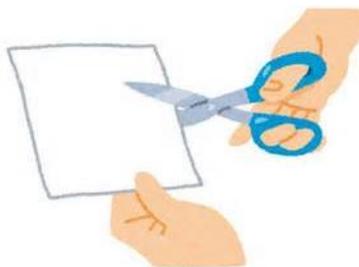
こんな様子

	こんな場面	そうなる理由
A	はさみやのりがうまく使えない。	<ul style="list-style-type: none"> 目と手の協調運動が未熟。 筆記具などを適切な力で把持することが難しい。 空間認知など形を捉えるのが苦手。 手順が分からない。
B	文字や数字がマスからはみ出す。	
C	文字の形が取りにくい。	
D	折り紙が折れない。	

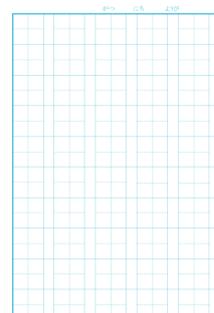
こんな支援をみかけました

	ポイント	例, 配慮事項
😊①	鉛筆やノートを工夫する。	<ul style="list-style-type: none"> 握る力が弱い→特殊鉛筆（三角断面）、補助具、マス目の大きなワークシートを用意。
😊②	手順を視覚的に提示する。	<ul style="list-style-type: none"> 当該児童の実態に合わせた手順表を渡す。 見本を示しながら一緒に作業する。
③	簡単な工作を作る。	「楽しい」「興味もてる」教材を用意する。
④	前半（若しくは最初）だけ支援し、後半は自分だけでやらせる。	<ul style="list-style-type: none"> 最初に戸惑う児童が多いため、途中まで一緒に作業する。 終末部は支援を退くと達成感をもちやすい。
⑤	指先の遊びや体操を取り入れる。	<ul style="list-style-type: none"> 楽しくできる手遊びや対応を行う。
⑥	作業のこつを伝える。	<ul style="list-style-type: none"> 道具の使い方や作業のこつを具体的に伝える。 ※家庭での協力も必要

こつを伝える ■ 曲線を切るときは紙をまわす
 ■ のりをぬるときはまわりから



■ 補助線のあるマス目。徐々に補助線を減らす。書き出しの位置を丁寧に教える



4

指示や約束を実行するのが苦手 忘れ物が多い

こんな様子

	こんな場面	そうなる理由
A	連絡帳を書いているのに忘れ物や宿題忘れを繰り返す。	<ul style="list-style-type: none"> ・記憶力の弱さがある。 ・連絡帳を確認するタイミングを理解していない。 ・整理・整頓が苦手。 ・判断力の弱さがある (大事なもの、今使う物などの判断)
B	友達との約束を忘れがち。	
C	先生から指示されたことも忘れがち。	
D	いろいろな物の保管場所が分からない。	

こんな支援をみかけました

	ポイント	例、配慮事項
😊 ①	忘れ物が多い子には予備のものを用意しておき、貸し出す。	・周りの児童の理解については配慮が必要。 (家庭と連携して、忘れ物確認をしてもらうことは必須)
②	チェックシートやワークシートを活用	・ルーティン化された作業や活動は有効。
③	忘れ物がなかった日をチェックして、賞賛する。	・自分の状況を確認させる。忘れ物がなかった日にほめて、次への意欲につなげる。
④	机上や引き出しの整理の仕方を視覚的に(イラストや写真)で示す。	・1週間に1回、「持ち物整理整頓デー」を設定し整理活動を習慣化する。

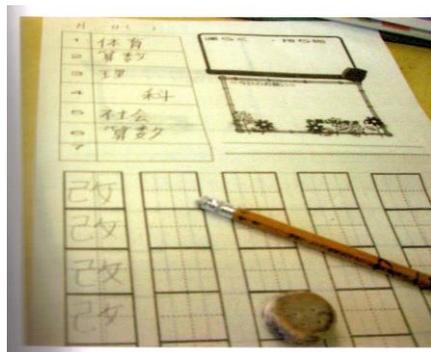
■ お道具箱

区切りの板を入れて、物を入れる場所を指定



■ これ1枚で完全連絡

予定、持ち物、宿題、家庭への連絡を一まとめ



板書をとるのが苦手

こんな様子

	こんな場面	そうなる理由
A	板書をノートに写すのに時間がかかる。	<ul style="list-style-type: none"> 目と手の協調運動が未熟。 空間認知の弱さがある。 視覚的な短期記憶が弱い。 眼球運動（跳躍性、追従性）に弱さがある。 他の刺激に左右されやすい。
B	文や単語ではなく、一文字ずつ写している。	
C	どこの場所を写しているのか分からなくなる。	
D	作業の途中で気になる事や物に注意がそれてしまう。	

こんな支援をみかけました

	ポイント	例, 配慮事項
😊①	黒板周りは掲示を最小限に。	
😊②	ノートと同じ（若しくは近い）マス目の黒板を準備する。	
③	マス目のついているノートやワークシートを準備させる。	
④	構造化された板書を行う。 ・めあて・自分の意見 友達の意見 ・今日のまとめ	<ul style="list-style-type: none"> ノートに写すべきことを選択してあげる。 例：「めあてと今日のまとめ」だけは書かせる
⑤	ワークシートを活用する。	<ul style="list-style-type: none"> 自分で選んで使うプリントとして、教室後方の棚などに置いて準備する。
⑥	板書内容の印刷物（シート、写真）を渡し、家庭で書いてもらう。	<ul style="list-style-type: none"> どうしても記述してほしいことは印刷し、家庭で書いてもらうのも一つの支援方法。

■板書の構造化

何が大事か一目ですぐ分かる



■マス目のある黒板

どこから書いたらよいか分かりやすい



6

姿勢を保つのが苦手

こんな様子

	こんな場面	そうなる理由
A	座る姿勢が斜めになったり、だんだん上半身の保持が難しくなったりすることがある。 もしくは、椅子の背にもたれて深く座っている。	・身体の筋肉の使い方や関節の動きを感じる取る感覚が、うまく働いていないため、体の細かい調整が難しい。
B	じっと立ってられなくて、体が動いてしまう。	・バランス感覚が未成熟である。
C	足裏を床に付けてられなくて、上履きを脱いだり音を出したりすることが多い。	・体幹が安定していない。

こんな支援をみかけました

	ポイント	例, 配慮事項
😊①	足が付く場所を視覚的に示す。	・テープを床に貼ったり色板を床に置いたりして、足裏をくっつける事を意識させる。
😊②	椅子に姿勢保持に補助的なクッションを置く。	・机・椅子の高さも合わせて調整する。 ※保護者の合意を得ることが必要
③	姿勢の維持の仕方やコツを伝える。	・筋肉の緊張と弛緩を具体的に体の部位を示し伝える。 ・浅く座るなど、正しい姿勢を言葉で直接的に促す。

■ 椅子の補助的なクッションの例



■ 係活動の1例



7

小集団での活動が苦手

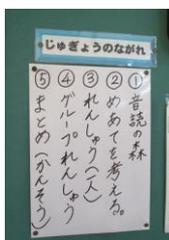
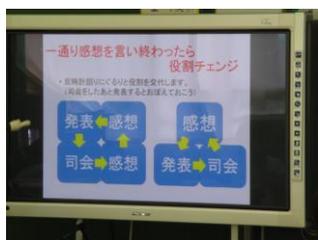
こんな様子

	こんな場面	そうなる理由
A	「やること」が分からないことがある。	<ul style="list-style-type: none"> 指示理解が難しい。 やるべきことを忘れてしまう。
B	他のことに気をとられてしまう。 集中の持続が短い。	<ul style="list-style-type: none"> 集中の持続が難しく、他のものに気をとられてしまう。 聞くことができず、指示を聞きもらしてしまう。
C	できないこと、分からないことを言えない。	<ul style="list-style-type: none"> 何が分からないかが分かっていない。 間違いを恐れ、できないこと、分からないことを隠してしまう。
D	用具の操作が難しい。	<ul style="list-style-type: none"> 手先の不器用さから、やるべき課題に困難が生じ、先に進めない。

こんな支援をみかけました

	ポイント	例, 配慮事項
😊①	活動を精選する。	<ul style="list-style-type: none"> 簡単なことから取り組み、できたら次の活動に移る。 活動すべき範囲を明確に、具体的に示す。
😊②	目標時間を提示する	<ul style="list-style-type: none"> 取り組む時間を明確にし、見通しがもてるようにする。
③	視覚的に手順を示し、確認できるようにする。	<ul style="list-style-type: none"> 行うべきことの手順を示し、箇条書きで残す。 終わったら何をするのか、明確にしておく。
④	「やってみたらできた」という経験を大切に作る。	<ul style="list-style-type: none"> できることを少しずつ行う。 さりげなく手伝い、やり遂げた達成感をもたせ、次の意欲につなげる。 頼りにされるような場面や役割を作り、得意な分野を任せる。
⑤	グループ内で互いに努力したことを認め合う。	<ul style="list-style-type: none"> 肯定的に認め合えるように、具体的な視点を示す。

■ 視覚的に残し、確認できるようにする



■ 目標時間を提示する

(タイムタイマーの活用)



友だちと関わるのが苦手

こんな様子

	こんな場面	そうなる理由
A	友だちとほとんどやりとりをしない。	<ul style="list-style-type: none"> 遊びや言葉のやりとりの幅が少なく、経験が積み重ねられていない。 興味や関心の幅が狭く、他児と共有しにくい。 気持ちや行動のコントロールが苦手。 (衝動性が高い傾向がある) 他児の気持ちや行動の意味を理解するのが苦手。
B	休み時間に本を読んだりして遊ぼうとしない。	
C	すぐにイライラしたり、動揺したりする。	
D	友だちがゲームに参加することを許さない。	
E	親しみのあるからかい(友だち同士でちょっかいを出し合うなど)に対して、不適切な反応をしてしまう。	

こんな支援をみかけました

	ポイント	例, 配慮事項
①	ルールの分かりやすい遊びを取り入れる。	<ul style="list-style-type: none"> 最初は学級活動の時間などを活用して、大人が介入してやりとりできるようにする。 様子を見て、徐々に支援を減らす。
😊 ②	本人の好きなものを取り入れたやりとりができるようにする。	<ul style="list-style-type: none"> クイズが好きならば、クイズ大会を行う。 少人数で教師の目が届く中で行うことから始める。
😊 ③	負けた時、思い通りにいかない時の、気持ちの落ち着かせ方を教える。(一緒に考える)	<ul style="list-style-type: none"> 「次はがんばるぞ」「残念」「負けても、いいんだよ」など言葉、水を飲むなどその場から離れるなど気持ちの落ち着かせ方を具体的に考えさせる。
④	時系列で行動を書き出して、トラブルの回避方法を具体的に考えさせ、練習させる。	<ul style="list-style-type: none"> 気持ちが落ち着いてからやりとりできるようにする。 紙に矢印などを使って書き、視覚的に理解しやすいようにする。

■気持ちの切り替え方を具体的に考え、実践させる。



1番にならなくても
楽しかったし、いいや……。



いろいろな価値観を知ってほしいな。