

交野支援学校四條躰校「キャリアプランニングマトリクス」

基礎的・汎用的能力	観点項目		I	II	III
自己理解 自己管理能力	みつめる力	○自分のよさへの気づき ○自分自身への気づき ○自分の意思に基づく選択	A (1)楽しい経験の積み重ねの中で、自分の好きを増やす (2)自分の好きなこと、好きなものを選ぶ (3)自分で選択する経験を積む	(1)自分の得意、苦手を知る できた、やりとげたことを喜ぶ (2)自分なりの苦手、課題との向き合い方を知る (周りからの励まし、賞賛等のサポートあり) (3)興味関心に基づいて自分で選ぶ経験を重ねる	(1)自分の長所、短所を知る(自己認識) (2)自分の行動を客観的に振り返る (3)自分の興味関心、経験、夢や希望に基づいて、卒業後進むべき進路を決定する
	せいかつする力	○ADLの形成・確立 ○生活リズムの形成・確立 ○健康的な身体づくり ○清潔・身だしなみの意識 ○金銭の扱い	B (1)排泄、着替え、食事、入浴等で一人でできることを増やす (2)安定した生活リズムで過ごす (起床、三度の食事、活動、睡眠等の時刻の一定化) (3)1日の日中活動に必要な体力をつける (4)場面、必要に応じた生活習慣を身につける (手洗い、うがい、歯磨き、着替えの習慣) (5)体験を通して、金種やだいたいの価値を知る	(1)排泄、着替え、食事、入浴に付随することでできることを増やす(家庭でのお手伝い、係活動、当番活動) (2)何をすべき時間かがわかって一日生活する (3)1週間の日中活動に必要な体力をつける (4)清潔、身だしなみを意識した行動をする (5)日常生活で必要なものを店で購入する	(1)衣食住に関してできることを増やす (洗濯、料理、掃除、公共交通機関での移動等) (2)時計・スケジュールを意識して主体的に1日、1週間を過ごす (3)一定時間、作業を続けられる気力・体力をつける (4)季節や場面等に合わせて服の種類や量の調整をする (5)一定の金額で計画的に買い物を 生活に必要なお金(光熱水費や食費等)を知る
人間関係形成能力	つたえる力	○気持ちの表出 ○意思や要求の表出 ○自己評価の表出	C (1)楽しい、うれしいという感情を表情や行動で伝える (2)「したい」「ほしい」「YES/NO」等を適切に伝える (3)楽しかったことを選択等で発表する	(1)不安、苦手、嫌い等ネガティブな感情を伝える (2)必要ときに支援を求める (3)できるようになったことを発表する	(1)自分の感情を客観的に整理して、適切に伝える (2)自分に必要な支援内容を適切に求める 困ったことがあったときに相談する (3)目標に対して自分の行動を評価する 評価を次の活動に生かすことを表明する
	かかわる力	○他者の存在への気づき ○集団への参加 ○自分の役割の意識・遂行	D (1)心地よい周りの存在(保護者、教員、友だち)を増やす (2)好きな人と好きな活動をし、経験を広げる (3)集団の中で与えられた役割をこなす	(1)周囲の人と適切な距離感をもつ (好きな人とも、嫌いな人とも、場所や年齢に応じて) (2)大きな集団(学校内の異年齢集団や苦手な人のいる集団等)で活動する (3)集団での役割を意識して、仕事をはたす	(1)目上の人、初対面の人、自分より年下の人等、相手に合わせて振るまう (2)職場体験、地域生活等、大人とかかわることの多い集団での経験を広げる (3)集団の中で自分の特長を生かし、ときには支援を得て、ときには周りを手伝って、集団の一員として動く
社会形成能力	ととのえる力	○自分の感情への気づき ○感情コントロール方法の形成・確立 ○ストレス解消方法の形成・確立	E (1)何に対してうれしいと感じるか、何に対して不快に感じるかを体験的に知る(周りからのサポートあり) (2)周りのサポートを得ながら、少しずつ自分で落ち着く(落ち着くために必要な時間を少しずつ短くしていく) (3)好きなこと、好きなものをつくる	(1)自分の感情(快-不快、好き-嫌い)に気づき、周囲に伝える (2)気持ちの高ぶり、不快感を感じたときに、場を離れる等自分なりの対処方法を身につける(サポートありでも) (3)一定時間、好きなことに取り組む	(1)自分の感情の揺れの原因、傾向に気づき、必要な支援を求めたり、自分で対処したりする (2)自分のパニックになる原因に近づかないようにする その場では感情を抑え、後で発散する方法を身につける (3)没頭できる趣味、長く続けられる余暇活動を見つける
	まもる力	○日常的なあいさつの習慣化 ○ルールを意識した行動 ○マナーを意識した行動	F (1)相手からの働きかけに応じて日常的なあいさつをする (2)周りの大人(教員・保護者)との約束を守る (3)食事等、日常生活上のマナーについて知る	(1)自ら進んで関わりのある人に日常的なあいさつをする (2)学年・学校で決めた学校生活ルールを意識して行動する (3)食事等、日常生活上のマナーを意識して行動する	(1)場面、相手に合わせて適切な方法で日常的なあいさつを使い分ける (2)社会生活を送るうえで必要なルールについて知る 社会生活を送るうえでしてはいけないことを知る 公共施設・サービス等の使い方について知る (3)ビジネスマナー等働くうえでのマナーについて知る
課題対応能力	こうどうする力	○主体的に動ける積極性 ○何にでも挑戦できる意欲 ○粘り強く続ける持続力	G (1)好きなこと、好きなもの、好きな人へ自ら働きかける (2)好きな人と一緒に新たなことをやってみる (3)一定期間継続してできる好きなことを見つける	(1)先の見通しが持てることに対し、支援がなくても自分から動きだし、活動する (2)好きな人と一緒に苦手なこと・自分の課題に挑戦する (3)失敗しても諦めず、周りからの励ましを受けて、もう一度やってみる	(1)経験則から、自ら見通しをたてて、主体的に行動する (2)周りからの必要な支援を得ながら、未知の課題に対して失敗を恐れずに挑む (3)失敗にめげず、うまくできるまで何度も、やり方を変えるなど工夫して挑み続ける
	しゅうちゅうする力	○説明内容の理解 ○指示内容通りの遂行 ○一定時間継続できる体力	H (1)説明する教員に対して一定時間注視する (2)指示内容を聞いて、それに応じた活動をする(視覚支援あり、個別の働きかけあり) (3)一定時間連続してできる好きなことを見つける	(1)集団全体への簡単な説明で、活動の内容を理解する (2)指示内容を聞いて、それに応じた活動をする(一活動に対する指示は一つ 複数指示の場合は提示) (3)決められた時間、決められた活動を続ける	(1)集団への複数指示のある説明内容を理解する 必要に応じて、メモを取りながら集中して聞く (2)手順書や自分のメモを参考に、活動内容、作業工程にそって実行する (3)一連の活動、作業が終了するまで集中して実行する
キャリアプランニング能力	むかう力	○自分の課題への意識 ○将来の自己実現に向けての進め方	I (1)教員と活動を振り返る時間を持ち、できたこと、楽しかったことは何かを確認する (2)好きな活動を好きな人と一緒に意欲的に取り組む	(1)学習後の教員からの評価を受けて、活動を振り返り、自分の苦手や課題を意識する (2)課題に対する目標を教員と一緒に計画して、課題達成に向けて取り組む	(1)自分の行動を客観的に評価する(自己評価) (肯定評価⇒自己肯定感UP、自己反省⇒次へ生かす) (2)実習等を通して、自分の課題に気づき、自ら目標を設定して、課題が克服できるように取り組む
	はたらく力	○働くことへのあこがれ ○任されたことをやり遂げる意志	J (1)周りの大人(教員、保護者)や中・高等部生徒に大事にされる経験を通して、自分より上の人にあこがれる気持ちを育てる (2)周りの大人や友だちと一緒に最後まで活動する経験を積む	(1)学年が上の先輩や高等部の生徒が活動する様子を見る中で、「やってみよう」「できるようになりたい」と感じる見学会等で様々な職場があることを知る (2)係活動、当番活動、家の手伝いで任された仕事を、責任持って最後まで行う	(1)実習等を通して、将来やりたいことを見つけ、職業生活、家庭生活、社会生活に対する夢や期待を持つ (2)実習等を通じて、達成感、充実感、自己肯定感を感じる経験を重ねることで、仕事場での自分の役割を意識する