

個別の指導計画 | 1人分の完成記入例

「学習面」「生活面」の2項目で整理する一例

この資料は、ブログに掲載している複数の実践例を組み合わせ、説明用の架空児童Aさんとして再構成したものです。実在の一人の児童の記録ではありません。学校・自治体によって個別の指導計画の様式や項目名は異なります。ここでは、筆者が現場で使っていた「学習面」「生活面」の2項目を想定して記入しています。

架空児童Aさん | 全体像

難しい課題や見通しの持ちにくい場面では手が止まりやすく、気持ちが高ぶると活動が続けることが難しくなる。一方、課題量やゴールが分かり、困ったときの伝え方が決まっていると、教師の支援を使いながら活動へ戻れる姿がある。

学習面	生活面
現在の姿：算数などで問題が難しく感じると手が止まったり、席を離れたくなったりする。最初の1問を教師と確認したり、問題量を小さくしたりすると取り組みやすい。 長期目標：分からない問題があるとき、自分に合う方法で援助を求め、学習へ戻ることができる。 短期目標：算数で手が止まったとき、「ヒントをください」と伝えるか、分からない問題に印を付け、教師と最初の1問を確認した後と同じ型の問題へ取り組む。	現在の姿：気持ちが高ぶると大声・暴言・離席などにつながり、その場で活動が続けることが難しいことがある。カードや短い合図は受け取りやすい。 長期目標：自分の状態に気づき、必要なときに安全な方法で気持ちを整え、次の活動へつなげることができる。 短期目標：イライラが強くなったとき、クールダウンカードを使う、または教師の短い促しに応じて決めた場所へ移動し、落ち着いた後に次の活動を確認する。

1 | 学習面の記入例

実態・課題	算数のプリントや難しい問題で手が止まりやすい。問題を一つに減らす、最初の1問を教師と確認する、ゴールを「まず3問」と示すと進めやすい。分からないときに「ヒントをください」と言える場面もある。
目標	分からない問題があるとき、印を付ける・「ヒントをください」と伝えるなど、自分に合う方法で援助を求め、教師と考え方を確認した後に学習へ戻る。
手立て	①プリント全体ではなく「まず3問」など小さなゴールを示す。②新しい考え方は教師と最初の1問を扱う。③分からない問題には印を付けてよいことを事前に伝える。④援助要求の言葉・カードを決める。
評価	援助を求められたか／教師と確認した後に学習へ戻れたか／同じ型の問題にどの程度自分で取り組めたか／教師の声かけ・直接援助がどの程度必要だったか。

2 | 生活面の記入例

実態・課題	気持ちが高ぶると大声・暴言・離席などにつながり、本人や周囲の安全を保ちながら活動が続けることが難しいことがある。長い説明より、カードや短い合図の方が受け取りやすい。
目標	気持ちの高まりに気づいたとき、クールダウンカードを使う、または教師の短い促しに応じて決めた場所へ移動し、安全に気持ちを整えて次の活動へつなげる。
手立て	①クールダウンの場所・入り方・戻り方を事前に約束する。②本人からカードを示す方法と教師が促す方法の両方を決める。③戻る基準は時間だけでなく状態も見る。④戻った後は課題量を減らす・見学から再開する等も選べるようにする。
評価	強く崩れる前にカードや合図を使えたか／安全に移動できたか／落ち着くまでの時間／クールダウン後に元の活動・調整した活動へつながったか／大人の関与が減ってきたか。

3 | 記録・評価の書き方（説明用の架空例）

項目	場面	短い記録	評価・次の手立て
学習面	算数	難しい問題で手が止まる。「ヒントをください」と伝える。最初の1問と一緒に確認後、同じ型を2問進める。	援助要求○／再開○。次は分からない問題に自分で印を付ける方法も試す。
学習面	算数	プリント全体を見て「多い」と話す。「まず3問」を示すと着手。1問は印を付けて後回し。	ゴールの小分けが有効。量の調整だけでなく「飛ばしてよい」見通しも継続。
生活面	休み時間後	声が大きくなり、教師がカード提示。決めた場所へ移動し、落ち着いた後に教室へ戻る。	教師の促しで利用△／復帰○。高まりの早い段階で本人から使えるよう練習。
生活面	授業中	本人からクールダウンカードを示す。短い休憩後、問題数を減らして学習を再開。	本人から利用○／復帰○。クールダウンを「戻るための支援」として使っている。

4 | 「学習面」と「生活面」を分けるときの見方

- ・学習面は、教科内容の理解・課題への取り組み方・困ったときの援助要求など、学校での学習をどう進めるかを具体化する。
- ・生活面は、気持ちの調整・活動参加・安全・人との関わりなど、学校生活を安定して送るために必要な姿を具体化する。
- ・同じ支援（例：休憩、カード）が両方に関わることもある。大切なのは「この欄で何を指導・評価したいか」が読み取れるようにすること。

参考にした既存ブログ記事

- ・[情緒学級の実態把握 | 子どもの姿を記録して見立てを作る方法](#)
- ・[情緒学級担任の伝え方 | 子ども・保護者・同僚との会話で意識したいこと](#)
- ・[情緒学級で子どもに見通しを持たせる支援 | 予定・ゴール・困った時の動き方を示す](#)
- ・[情緒学級のクールダウンはどう作る？安全に気持ちを整える仕組みと約束作り](#)

※この資料は正式な校内様式を置き換えるものではありません。個別の指導計画では、実際の子どもの姿、本人・保護者の思い、教科等の目標、校内の作成方針に合わせて内容を調整してください。