

◆Ⅲ章 特別支援学校教育課程編成の各部の配慮◆

1 幼稚部

(1) 幼児の特徴 ～「依存」から「自立」へ向かう時期～

① 生活の場

幼児にとって幼稚部の生活は、家庭から離れて同年齢の幼児と一緒に過ごす初めての集団生活である。親しい人間関係の下で営まれる家庭生活とは異なり、様々な状況の下での経験は、次第に自立的な生活態度を培っていく。幼児の行動を温かく見守り、適切な援助を行う教師の存在は不可欠である。

② 他者との関係

同年齢の幼児の集団では、自己主張のぶつかり合いや、友だちとの折り合いをつける体験を重ねながら、互いの関係が深められていく。こうして、幼児は、友だちとのかかわりを通して、一緒に活動する楽しさや喜び、また、トラブルなどに直面し、怒り、悲しさ、寂しさなどを味わっていくことになる。そして次第に相手も自分も互いに違う主張や感情をもった存在であることに気付き、一緒に楽しく遊んだり生活したりできるように、自分の気持ちを調整していく。

③ 興味や関心

生活の場の広がりや対人関係の広がりに伴って、幼児の興味や関心は生活の中で様々な対象に向けられて広がっていく。興味や関心は、その対象と十分にかかわり合い、好奇心や探求心を満足させながら、よく見たり、触ったりすることによって更に高まり、思考力の基礎を培っていく。また、他の幼児や教師とのやり取りによって、好奇心や探求心が「意欲」や「集中」につながっていく。

(2) 配慮すること

① 環境を通して

幼児の発達の原動力は、周りの環境である。幼児には、幼児期にふさわしい生活の中で能動的に環境とかかわり、豊かな経験を通して、心身の発達に即していくような教育、すなわち環境を通して行なう教育が必要である。その際、幼児の主体的な活動が確保されるように、幼児一人一人の行動の理解と予想に基づき、計画的に環境を構成しなければならない。教師もまた、大切な環境のひとつと考え、幼児と人や物とのかかわりが積極的に行えるように橋渡しの役割をし、幼児の活動が、安全かつ豊かに行えるようにする必要がある。

② 遊びを通して

幼児の生活の中心は遊びである。その遊びを通して発達していく姿を踏まえて、幼稚部教育全体の中で、幼児に育つことが期待される心情、意欲、態度、習慣などを「ねらい」として、

その達成のために「教育内容」を考える。幼児が自分から繰り返し遊んだり、自分で工夫して遊んだり、集団の中でのかかわりを考えたりしていけるような遊びや生活を設定して

「健康」	…幼児の心身の健康に関する領域
「人間関係」	…人とかかわりに関する領域
「環境」	…身近な環境とかかわりに関する領域
「言語」	…言語の獲得に関する領域
「表現」	…感性と表現に関する領域
「自立活動」	…障害に基づく種々の困難の改善・克服に関する領域

図1 幼稚部の教育内容

いく必要がある。その遊びや生活を教育内容として見ると、図1のような5領域と自立活動があげられる。

③ 発達の課題に即して

幼稚部では、幼児一人一人の障害の状態に即して、個別の指導計画を作成し、指導内容及び方法を工夫して活動を進めていく。その際、幼児の生活する姿を考慮して、障害の状態やそれぞれの発達の時期にふさわしい生活が展開されるように、具体的な指導計画を作成して、適切な指導が行なわれるようにする必要がある。また、どの時期にどのようなねらいを設定して、どのような指導を行ったらよいかが全体として明らかになるように、具体的なねらいと内容を編成し、系統立てる必要がある。また、「個別指導の時間」を設けて、一人一人の課題やねらい、願いに即した活動を行う。(図2, 3 参照)

④ 保護者とともに

幼児の一番の「港」は、母親であり、保護者である。保護者は我が子に障害が認められたときの心的なショックやいろいろな葛藤を通して、我が子に対する「ねがい」を強くもって、日々の生活を送っている。また、子どもは保護者の反応を肌で感じながら、繰り返しやってみようとしたり、工夫したり、考えたりするようになる。保護者の安定は、幼児の安定につながっている。保護者の「ねがい」を大切に受け止め、共感しながら、教育としてできることを、個別の指導計画を基に、あらゆる場面で「話し合っていく」必要がある。また、幼稚部全体として、編成し、系統立てられた教育内容を、保護者支援として学習会形式で共通理解していくことも大切である。

⑤ 他機関との連携を通して

幼児一人一人の発達の課題、障害の状態を正しくつかみ、教育内容を決めていく中で、医療との連携は大切である。保護者と共に医療との連携を図りながら、家庭でできること、学校でできること、また医療機関にお願いすることなどを確認する必要がある。

また、幼児の環境としての大きな要素として「集団でのかかわり」を確保する意味からも、交流保育等も必要になる。その際、幼児期の子どもたち同士のかかわりの中で期待できることなど、交流先の職員との打ち合わせや情報交換を大切にしたい。

その他、個別の教育支援計画を活用し、福祉機関や行政機関との連携など、様々な機関との連携を通して、幼児の生活とこれからの成長を多くの支援関係者の力で支えていけるようにしたい。

	月	火	水	木	金
9：10	登校			交 流 保 育	登校
9：15	朝個別・朝の会				朝
10：00	集団ゲーム				集団
	おやつ				おやつ
10：50	自由あそび				自由
11：35	学級の時間				学級
12：20	給食				給食
13：40	音楽リズム				音楽
14：20	帰りの会				帰り
14：40	個別指導			個別	

図2 聴覚障害特別支援学校の時間割例

	月	火	水	木	金
9:30	登校				
9:30	朝のお仕事と自由あそび				
10:15	そだちの時間（個別指導）				
10:45	おやつ				
11:00	なかよしの時間（集団）				
12:00	給食準備				
12:15	給食				
13:30	掃除と帰りの用意				
13:50	帰りの会				
14:00	下校				

図3 視覚障害特別支援学校の時間割例

2 小学部

(1) 児童の特徴

① 小学部低学年の児童の特徴 (1～3年)

基本的な生活習慣を身につけること、学校生活に慣れ安定した生活を送ることが大切である。また、発達も未分化なため、日常生活の指導、遊びの指導が中心となる(図1参照)。障害種や個人差によって他者への意識が低い児童もあり、一人遊びを中心に遊ぶ姿が見られることが多い。教師が仲立ちとなり、友だちとかかわる場面を意識的につくることも大切である。

② 小学部高学年の児童の特徴 (4～6年)

生活も安定し、活動範囲も広くなる。身体も大きくなり運動量も多くなる。他者への意識も育ち、クラスの友だち、教師を意識した生活を送ることができる。この時期には係活動や自分の役割を果たす経験も必要になってくる。自ら友だちとかかわったり、教師を仲立ちにして友だちとかかわったりすることができるようになる。

ただ、身体が成長しても、それに伴った発達段階を進むわけではない。個人差もあるので、「高学年だから・・・」といった本人の発達にそぐわない課題を強いることのないよう留意したい。特に5,6年になると思春期を迎え、自身の体に関心を持ち始める児童もいるので性教育も実態に応じて必要になってくる。

(2) 配慮すること

① 基本的な生活習慣

小学部の生活の中で基本的な生活習慣を身につけることは重要な位置を占めている。基本的な生活習慣の内容は、小学部の「生活科」の内容や各教科等を合わせた指導の中の「日常生活の指導」に関係してくる(P.65参照)。

特に、身辺自立に関係する内容は児童の発達段階や身体機能を配慮し、児童の負担が過重にならないようにする必要がある。また、家庭との連携も大切である。

② 学習内容・指導形態 (小学部・中学部・高等部共通)

学習指導要領に示されている内容はすべての児童生徒に対して確実に指導しなければならないものである。同時に、個に応じた指導内容を充実する観点から、児童生徒の学習状況などその実態等に応じて、学習指導要領に示されていない内容を加えて指導することも可能である。そうした視点から見ると、小学部の児童はそれぞれ能力・適性、興味・関心、

コラム 「連絡ノートの書き方」

毎日書く連絡ノートは保護者との連携において大切なポイントとなる。どんな内容を書けばいいのだろうか？一日の全てを平坦に羅列して記すことは読み手の保護者に「その日のその子」は伝わらないことが多い。そこでできれば「①子どもが満足できたと感じる姿、②その子の育ちが見られた姿、③その子が気になっていること」を子どもの心情に添って示したい。また、子どもの姿からは「なぜ、どうして」と考えてしまう行動も見られる。こうした時こそ、保護者とその子の行動の裏にあるだろう心情・思いからいくつか仮説(一つの行動に3～5個ぐらい仮説をもてるぐらいに子どもをとらえたい)を立て、ノートを通じて「やりとり」が出来れば保護者と考えをすり合わせ、その子の育ちについて共感が生まれるだろう。無論、その日の体調(食事の量、排泄、家庭から心配事等)、発作・パニック(いつ、どんな場面で起こったか、どのくらい続いたか、回復のきっかけとその後の様子など)、いつもと変わった、気になる行動については的確な情報を記したい。記す時間は短時間しかない、「その子の核に迫る内容」を記すことができるようにしたいものである。

性格等が大きく異なっているため、これらの要素を考慮し一人一人の学習内容を決めだす必要がある。各教科等を合わせた指導（P.65参照）を中心に教育課程を編成するのはそのためである。また、学級の中で発達段階に差がある場合は、個々のニーズに応じて学級や学年の枠を超えたグループ別指導を行うこともできる。

③ 家庭との連携

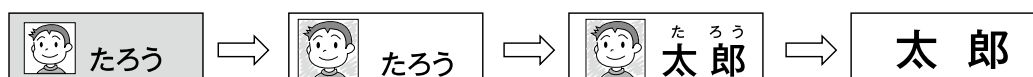
保護者と家庭との連携の一つに、連絡ノートの活用がある。学校での生活や学習の様子、食事、排便など要点を絞り伝えることが大切である。（前項コラム参照）

④ 言語環境の整備（小学部・中学部・高等部共通）

児童の言語活動がより適切に行われるようにするためには、学校生活全体における言語環境を十分に整えておくことが大切である。特に小学部の段階では、教師の話し言葉などが児童生徒の言語活動に与える影響が大きいので、それを適切にするよう留意することが大切である。

言語環境の整備

- ア 教師は正しい言語で話し、黒板などに正確で丁寧な文字を書くこと
 〈例えば正しい言語の観点から〉
を見た時に子どもは大人に向かって「ワンワン」と言って犬がいることを知らせる。大人は「ワンワンってなくね。いぬっていうんだよ。」と子どもの発達段階を見きわめて答えることも大切である。子どもはいつまでもを「ワンワン」というものだと思ってしまう。
- イ 校内の掲示板やポスター、児童に配布する印刷物において用語や文字を適正に使用すること。
- ウ 校内放送において、適切な話し言葉を使って簡潔に分かりやすく話すこと。
- エ 適切な話し言葉や文字が用いられている教材を使用すること。
 （例えば教材の観点から）・手作りプリントの文字はゴシック体の方が読みやすいといわれている。
 ・文字練習のマスのは大きさは児童生徒に合っているか。
- オ 教師と児童生徒、児童生徒相互の会話が適切に行われるような状況をつくること。
 〈例えば状況づくりの観点から〉・教師の立ち位置は？子どもたちの視線が向く位置に。
 ・児童生徒の机の配置は？机の配置によっては窓の外を眺めている。
 ・声の大きさ、声のトーンは？落ち着いたトーンで話すと子どもも落ち着く。
- カ 児童生徒が集団の中で安心して話ができるような教師と児童生徒、児童生徒相互の好ましい人間関係を築くこと。
- * 学校教育活動を通じ、色のみによる識別に頼った表示方法をしない等の配慮も必要である。
 〈例えばロッカーの名札の観点から〉認知の発達段階に応じて変えていく必要がある。



	月	火	水	木	金
9:00~	登 校				
9:30~	朝の活動（着替え・自由遊び）				
10:10~	朝の会				
10:45~	遊びの指導・生活単元学習				
11:30~	給食（準備・食事・片付け・歯磨き）				
13:30~	自由遊び				
14:00~	学級の時間 （個に応じた学習・学級活動）				
14:20	そうじ・着替え				
14:30	帰りの会				
15:00	下 校				

図1 小学部低学年の日課表の例

	月	火	水	木	金
9:00~	登 校				
9:30~	朝の活動（着替え・自由遊び）				
9:50~	朝 の 会				
10:10~	朝の運動（体操・マラソン）				
10:40~	生活単元学習				
11:30~	給食（準備・食事・片付け・歯磨き）自由遊び				
13:30~	グループ 別学習	個別 学習	体育	個別 学習	
14:00~	そうじ・着替え				
14:30~	帰りの会				
15:00	下 校				

図2 小学部高学年の日課表の例

⑤ 日課表の工夫

小学部では生活の見通しがもちやすいよう、週の予定を带状で取るなどの工夫が必要である。生活の流れが身に付いてきたところで、図工、音楽、体育を入れることもできる。(図1、図2)

3 中学部

(1) 生徒の特徴

中学部の生徒は、小学部の頃に比べて、体も大きく力強くなり、活動もダイナミックになってくる。そして、思春期を迎えて、自我の発達が見られ、自分の主張もはっきり出てくる時期でもある。生徒によっては、それまでの対応のまずさによって二次障害がはっきり見られるようになるのもこの時期である。また、内面及び性の成熟、知的には抽象的、論理的思考の発達、社会性等、生徒による個人差がはっきりしてくる時期でもある。したがって、学年による生徒の発達段階の違いにも留意しなければならない。

(2) 配慮すること

小学部では、児童一人一人の興味・関心に沿いながら、基礎的な能力を伸ばす学習が計画され、高等部では、社会参加・自立に向けた学習が計画されている。中学部の生活年齢は、ちょうどその移行期になり、興味・関心の在り方と社会とのかかわりの両方を考慮していかなければならない。そして、将来を見据えた指導の必要性が高まってくる。いわゆる「ボトムアップからトップダウン」へのシフトチェンジの時期である。「トップダウン」とは、まず目標を決め、それを実現するために必要なことを身に付けていくという考え方である。例えば、高等部卒業後の生活をイメージして、「グループホームで生活し、そこから作業所に通う」という姿を願うなら、そのためにはどんなことが必要かを決め出し教育していく方法がある。「一人でお風呂に入ることができる」「通勤のために一人でバスに乗れるようになる」等、必要になることを重点的に指導していくことが考えられる。

こうした中学部段階という生活年齢を意識して、「トップダウン」の視点を加味していくのが中学部の段階である(図1)。ただし、本人の様子・思い等を考慮せず、目標(周囲の大人がつけさせたい力)に向かって引っ張り上げるような指導は、二次障害につながりやすいので注意したい。

更に、以下のような点を配慮して、教育課程を編成していく必要がある。

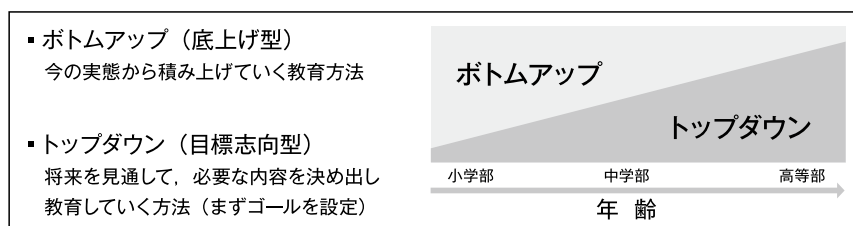


図1

① 基本的生活習慣

小学部の段階からの身辺自立に向けた指導を引き続き行っていくが、さらに社会生活を送ることを考慮していく必要がある。単に身辺自立ができるだけでなく、一つ一つの行動が社会生活を送る上でどんな課題があるのか考えていくのである。例えば、食事も「自分で食べられる」だけではなく、大勢での会食の場面で、「周りの人のことも考えて行動する」ということも大切な課題になってくる。

② 社会性

限られた関係のコミュニケーションから、より広い一般的コミュニケーションへと高めていく。家庭や地域で生活することを念頭に置いて考慮していく必要がある。特に、集団での基本的な活動ルールを身に付けていくことが大切になってくる。そこで、活動の中に

も簡単なルールを設けて、ルールそのものも、学校のみで通用するものから一般社会で通用していく内容に広げていく必要がある。

③ 作業（働く活動）

小学部では、遊びを中心とした生活単元学習が行われ、高等部では作業学習を中心とした教育課程が編成されることが多い。そこで中学部の段階では、生徒が働く活動に興味・関心を持ち、自分から進んで働く活動に取り組めるように配慮していく必要がある。そして、将来の働く生活に向けて、働く体験を多くしていきながら、道具や素材、作業工程を工夫して、まず生徒が満足感・達成感をもてるようにすることが大切である。中学部の段階では、特に集中する時間の差が大きく、興味・関心に偏りがあったり、内容が理解しにくかったりすることがあるので、一人一人に応じた指導が必要である。

そして、「校内の活動から校外の活動へ」「作業的な生活単元学習から作業学習へ」の広がりをおこなった生活づくりを考えていきたい。

部	小学部	中学部	高等部
メインの学習	遊び中心の生活単元学習	作業中心の生活単元学習	作業学習
大切に する点	自分から進んで遊ぶ	自分から進んで働く 玩具・遊具から道具へ	意欲的な生産、生産性の向上、 効率性「より早く、より正確に、より多く」

④ 授業の1単位時間

中学部においては、1単位時間は50分となっているが特に「10分程度の短い時間を単位として、特定の教科の指導を行う場合において、当該教科を担当する教師が、その指導内容の決定や指導の成果の把握と活用等責任をもって行う体制が整備されているときは、その時間を当該教科の年間授業時数に含めることができる」という規定が新たに設けられた。時間割は、带状に組むことで見通しがもちやすくなる（図2）。

⑤ 生活年齢に配慮した支援

思春期を迎えるこの時期には、「生活年齢」という視点を大切に考えていかなければならない。例えば生徒を呼ぶ場合でも「〇〇ちゃん」等とは呼ばず、中学生として「〇〇さん」「〇〇君」と呼ぶのは当然のことである。また、スキンシップ自体は悪いことではないが、異性間（教師と生徒、生徒同士）の接触は、中学生としてふさわしい関係にしていきたい。おんぶや抱っこ等をする場合でも、急になくす必要はないが、徐々に減していくとよい（他の望ましいかわりに変えることで本人も安心する）。

また、小学部の頃と同様の活動であっても、「遊び」という言い方から、「活動」「仕事」という言い方へ変えていくことで、生徒も自分の生活年齢を意識していくことができる。

さらに、役割分担のある生活や活動の中で認められることで、自分の存在を肯定的に捉えられるようになっていくことができる。こうした配慮は、その子の“存在感”を認めて返していくことでもあり、「それでいいんだよ」というメッセージを伝えていくことになる。こうした周囲の態度や支援こそが、この時期に特に必要な“自己肯定感”につながっていくので、大切にしていきたい。

時 刻	月	火	水	木	金
9:00	登 校				
9:00～9:20	朝の活動				
9:20～9:30	体力作り(着替え・排泄)				
9:40～9:50	朝の会				
10:00～10:30	部集会	グループ活動			
10:40～11:35	生活単元学習				
10:45～12:00	給食準備・清掃				
12:00～12:45	昼食・休憩				
12:45～1:10	歯磨き・給食片付け				
1:10～1:40	個別学習				
1:50～2:20	学級	音楽	生徒会	学級	体育
2:30～2:40	清掃				
2:50～3:00	帰りの会				
3:10	下校				

図2 日課例

〈参考・引用文献〉

『個別の指画と指導の実践－知的障害教育－』全国知的障害養護学校長会 東洋出版社（2000年）

4 高等部

(1) 生徒の特徴

高等部段階の生徒の特徴として、生活年齢から見ると思春期から青年期へと心身の成長が見られる時期である。この時期は、身体的には第二性徴が続き、急激に変化するが、精神的な変化がついて行けず不安定な時期でもある。知的発達に遅れがある生徒も、過去の経験から自分に自信がもてるようになってくる反面、人間関係を築いていく上でも課題が出てくることが多い。社会的な側面では、生徒によっては家族と離れて生活する機会が増え、社会に出ていく過渡期でもある。従って卒業後の職場や地域を中心とした生活への準備に関する学習が大きな支援ニーズとなることも共通して言えることであろう。

ところで、近年、障害の重度化・重複化、多様化に伴い、子どもたちの発達の幅が大変広がっている現状がある。高等部においては、中学部より進学した生徒に加え、中学校より進学している生徒が多数在籍している。このことにより、高等部在籍生徒の実態は特別支援学校内でも特に幅広く多様であると言える。

以上のような生徒の特徴を踏まえ、高等部の教育課程を編成していく必要がある。

(2) 配慮すること

① 実態把握を踏まえた教育課程

高等部段階の生徒の実態把握については、個人の発達、能力や特性だけでなく、学校環境における生活の状態や、家庭環境や地域社会の環境の中での実態把握が大切であり、これを基にして個別の指導計画、個別の教育支援計画を作成し高等部の教育課程に反映させることになる。

コラム 「専門学科・学校設定科目及び学校設定教科について」

特別支援学校の教育課程では、各学科に共通する各教科等以外に以下の科目・教科を設定できる。

◎ 視覚障害、聴覚障害、肢体不自由者又は病弱者である生徒に対する特別支援学校

専門学科—①将来のスペシャリストの育成、②地域産業を担う人材の育成、③人間性豊かな職業人の育成の三観点に基づいて科目の構成内容の改善が図られている。

学校設定教科・科目—今回の改訂では、「生徒の実態に応じ義務教育段階学習内容の学び直し」のための学校設定教科・科目を設定する方向も示されている。

また、科目「産業社会と人間」を設けることが出来ることを示している。

◎ 知的障害者である生徒に対する特別支援学校

専門学科—開設される各教科は「家政」「農業」「工業」「流通」「サービス」及び今回の改訂で新設された「福祉」（本編 P.62 参照）が示されている。

学校設定教科・科目—地域、学校等の特色等に応じ、特色ある教育課程編成のため、学校が独自に教科・科目を設けることが出来る。尚、専門学科を学校設定教科として履修させる場合は、専門学科を履修しない場合もある。

② 多様な生徒に対応した教育課程

高等部における教育課程の編成に当たっては、多様な発達や特性のある生徒たちに、できるだけ対応した教育課程にしていく必要がある。従って、生活年齢による学級編成を中心とした授業では生徒たちの多様な教育的ニーズには対応できないこともある。場合によっては、コース制を導入したり、学習内容を選択できるようにしたりすることも考えられる。このような日課の工夫により、生徒の発達の状態、特性や進路等に応じた適切な各教科の学習ができるようにすることが大切である。

③ 作業学習を主とした教育課程

高等部では、各教科等を合わせた指導として作業学習が行われることが多い。作業学習

では、効率性、生産性、正確性をより大切にした学習が展開される。作業学習で扱う作業種は様々なものがあり、生徒の実態やニーズに応じて縦割りでグループ編成される。なお、生徒の様子によっては、自立活動を中心とした指導を行うグループ編成も必要になることもある。

④ 性指導やソーシャルスキル教育

教師と生徒、生徒間の良好な人間関係を育てていくために、異性とのかかわり方も含めた社会的スキルについて学ぶ機会を計画的にもてるようにすることが重要である。例えば、対人的なマナー（感謝、お礼、謝罪、物の貸し借り、敬語など）、状況や相手の気持ちの理解、役割遂行、感情のコントロール、仲間関係の作り方、適切なコミュニケーションスキル（聞く、話す、アサーション、話し合いなど）について学ぶことは、多くの生徒にとって必要性が高い。そのために事前指導を行うことが多いが、その場限りの指導ではなく、作業学習など他の指導場面との関連を持ちながら効果的に指導する必要がある。また、家庭や地域において学んだことが発揮できるようにするために、家庭や関係機関と連携していくことが重要である。

⑤ 卒業後の生活を踏まえた教育課程

高等部1年生段階から、卒業後の生活を見越した学習を行うことができるように教育課程を編成していくことが大切である。そのために、地域や学校の実態、生徒の特性、進路希望等を考慮し、産業現場等における長期間の実習を取り入れるなど体験的に就業に関する学習を行う機会を設けていくことが重要である。

⑥ 日課の工夫

以上のことを踏まえ多様な支援ニーズに対応する日課を編成することと、一方で、複雑な日課になりすぎないように配慮する必要がある、全体のバランスを考慮して日課の工夫をする必要がある。

	月	火	水	木	金
～9:00	自主活動				
9:00～9:25	学級	朝の会			
9:25～9:50		体力作り			総合的な学習の時間 部の時間 選択
9:50～10:00	作業学習				
10:00～10:50					
11:50～11:40					
11:40～					
～12:50	給食・歯磨き・休憩				
～13:40	音楽	課題別学習(各教科・自立活動)			体育
13:40～14:00	清掃				
14:00～14:10					
14:10～	学年学級の時間(帰りの会を含む)				生徒会
14:30～					
15:15～15:40	自主活動				

図1 作業学習を主とした場合の日課表の例

	月		火		水		木		金	
コース	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
8:45～9:00	登校 着替え									
9:00～9:10	朝の会									
9:15～9:35	朝の体育									
9:40～9:50	短学活									
9:50～10:50	学年学級		作業学習		課題学習		課題学習		作業学習	
11:00～	総合的な 学習の時間		作業学習		保健 体育	音楽	音楽	保健 体育	作業学習	
11:50～11:55										
12:00～12:05										
～12:45	給食									
12:45～13:00	昼休み									
13:00～13:20	清掃									
13:30～14:20	ホームルーム	音楽	保健 体育	生徒会 クラブ 学級 学年			学級学年		保健 体育	学級
14:25～14:45	学級									
14:45～15:00	帰りの会									

図2 二つのコースを編成した場合の日課表の例