

魔法のダイアリープロジェクト 活動報告書

報告者氏名:阿保孝志朗 所属:青森県立青森聾学校 記録日:2019年2月16日

キーワード:生活改善、体力向上、遠隔授業、動画・写真、SNS、日記、スケジュール

【対象生徒の情報】

○学年 高等部3年(18歳)

○障害と困難の内容

◎聴覚障害(先天性の感音性難聴)

- ・両耳に補聴器装用。補聴器装用時の聴力は平均で50dBである。
- ・主に手話や指文字を使用し、コミュニケーションを図っている。
- ・健聴者とのコミュニケーションは、聴覚活用と読話で大まかに内容を理解していて、勘違いすることも多い。発音は不明瞭で早口で話すことが多いが、おおむね理解することができる。
- ・不注意で課題の未提出や忘れ物が多い。最近はずいぶん改善されているが小学部の頃は落ち着かない児童だった。
- ・自分の基準だけで物事を考えることが多く、悪気はないが軽率な行動で指導されることが多い。

【活動目的】

・当初のねらい(計画書の学習目標)と活動による方向性の確認状況

○学習目標

- ① 自分の苦手なことを自覚し改善できる手立てを身に付ける。
 - ② ICT機器を活用することで情報保障やコミュニケーションの質を向上させる。
- ・実施期間 平成30年2月～平成31年3月
 - ・実施者 阿保孝志朗
 - ・実施者と対象生徒の関係 学部職員 部活動顧問

【活動内容と対象生徒の変化】

○対象生徒の事前の状況

<学習について>

- ・準ずる教育課程で数学以外は学年相応の学習をしている。
- ・高1では大学進学を希望していたが、高2からは就労を希望する生徒に対する教育課程で学んでいる。
- ・読書はよくしている。スポーツ選手の自伝や自己啓発本が好きである。

<生活について>

- ・宿題や寄宿舎の日課などやらなければならないことを後回しにしがちで、最終的にやらなかったり、急いで粗末に行ったりすることが多い。
- ・宿題は朝に慌ててやって来ることが多い。
- ・課題の提出を忘れることが多い。
- ・不注意で忘れ物や物を紛失することが多い。
- ・メモはあまり書きたがらない、書いても見ないため提出物を忘れることが多い。
- ・スマートフォンを入手してからはスマートフォンばかり触っている。
- ・時間にルーズである。寄宿舎から通っているがギリギリ登校する。

- ・夏休みや冬休みは部活動が個人練習になることや食事も不規則になることもあり、体重が大幅に増加してしまう。
- ・コツコツ勉強したり物事に取り組んだりすることが苦手である。

<部活動について>

- ・運動部（部員2名）に所属し、将来デフリンピックに出場したいと思っている。
- ・顧問は競技未経験者。競技歴があるコーチが、時折来てくれるが、顧問による手話通訳を通して説明を聞いているため、動作中説明を捉えることが困難である。毎日の専門的な指導を継続することが難しい。
- ・生徒が少なく放課後に委員会活動があることや、金曜日は閉舎となり実家で過ごすため、他校と比べ十分な練習時間を確保できない。
- ・自宅等で、自主練習に取り組んでいる様子は見られない。

<進路について>

- ・卒業後は関東の自動車製造工場への就労を目指している。
- ・H29年度の産業現場等における実習においてミスを改善しようとする態度やメモの取り方や実習日誌の内容について、低い評価がきた。
- ・あいまいに理解していることが多く、勝手な判断をし、報告・連絡・相談をする習慣が身に付いていない。

<ICT機器の活用状況において>

- ・スマートフォンは連絡や検索、買い物など生活の一部として使いこなしている。
- ・調べ学習やまとめの学習でiPadをよく使っている。

○活動の具体的内容と対象生徒の事後の変化

① 自分の苦手なことを自覚し改善できる手立てを身に付ける。

1年後に卒業を控え、社会人として生活していくには前述したような状況では就職はすることや就職しても仕事が続かないのではと懸念されていた。



本人の一番真剣に取り組んでいる部活動を通して学校生活での課題にアプローチし、改善できないか。



常に携帯しているスマートフォン（iPhone）を活用することで解決できるのではないか。

陸上ノートを作り顧問に毎日提出する方法も考えられたが、やらなければならないことを後回しにしたり忘れてしまったりしてしまう背景には、メモを取らない、メモを取っても見返すのを忘れる、スマートフォンや読書に夢中になりすぎて就寝時間になってしまうなどの理由が挙げられたので、提出締め切り時間にリマインダーやアラームで通知したり、共有できるノートアプリを活用することで、記入するだけで提出し忘れてしまうことを解決できるのではないかと考えた。

デジタルの共有ノート⇨いつでも提出できるノート

☆使用したアプリ

- 練習メニュー、反省、アドバイスの共有のため⇨
「AthleteStories」
- 気づくため⇨「リマインダー」「アラーム」
- 顧問からの促しのため⇨「iMessage」



☆入力に関して

取り組みはじめの頃は強化合宿に向けてモチベーションもあり、その日のうちに入力することが見られたが、次第に次の日の朝に慌てて入力する日が増えた。読書やスマートフォンなどに夢中になってしまうあまり開始時間に気づかないことがあるようだったので、iPhoneの「リマインダー」や「アラーム」を活用することにしたところ、その日のうちに入力することが増えた。また、休日の自主練習の様子についても入力するようになった。

☆反省の共有

練習や試合の反省を入力することでその日の指導を振り返ったり、気づいたりしたことなどをまとめることができた。部員、顧問、コーチと反省の共有ができ、顧問をはじめコーチが練習に来られない場合でも反省にコメントしてもらい、専門的なアドバイスを受けることができた。夏休みの部活動は実施していないが、もう一人の部員も含め自主練習の様子や反省の入力があつた。夏休みに2回実施されたデフのユース代表合宿の練習メニュー、アドバイス等も部で共有することができた。

The screenshot shows the AthleteStories app interface. On the left, there is a video post with a title in Japanese, a video player, and a table of exercise details. On the right, there is a list of comments from other users. At the bottom, there is a navigation bar with icons for Home, Feed, Graph, Group, My Profile, Home, Comment, Graph, Group, and My Profile.

もう少しができています。
あとはパワーポジション、体を開くタイミング、右足の引き寄せを克服しなければならぬまたバネを活かした投げ
もっと貴族にいたい

【動画】

選 (検索により見えない場合があります)

【練習内容】

練習名&説明	量	時間	本数	セット
投擲	20回 計: 20回	計: 00:00:00	x1	x1
合計	20回	00:00:00		

【登録日】 2018年5月16日 21時13分
(グループで共有されています)

いいですね！ (0) コメント (0)
あなた「いいですね！」と言っています。

2018年5月16日 21時23分
グライドの右足の向きが内側に入っていない？普通に真っ直ぐでいいよ。あとパワーポジションの壁が狭いからバランスボールを持っているような感じで上半身の力を抜いてグライドできるといい。

2018年5月16日 21時29分

選 (検索により見えない場合があります)

選 (検索により見えない場合があります)

【登録日】 2018年6月19日 22時24分
(グループで共有されています)

いいですね！ (0) コメント (0)
あなた「いいですね！」と言っています。

Abu
2018年6月18日 23時00分
動画のは苦手な尻先立ちでのバランス、イブラヒモビッチのやつだな、母指球でのバランス

ゆきゆき
2018年6月18日 23時17分
そうですね。あと、背筋のやつです

Abu
2018年6月18日 23時47分
基本的な課題は変わっていないから、時間をどのように使うか、作るからだな。特殊の管理が求められるね。

2018年6月18日 23時50分
そうですね。特殊も選に5回ほどはした方がいいって言われました

Abu
2018年6月18日 23時58分

ホーム フィード グラフ グループ お知らせ ホーム コメント グラフ グループ お知らせ

写真1・2 「AthleteStories」

練習メニュー、動画、アドバイスの共有

☆反省の質の変化

「AthleteStories」での取り組みが始まった頃は、その日のトレーニングメニューの記入のみが多かったが、取り組みを継続し専門的なコーチによる指導を受けることで、練習で指導された内容を真摯に受け止め、指導されたことや自分が感じた反省点、改善するための手立てを考えて記入するようになった。また、練習の良いパフォーマンスの動画や参考となる動画の URL を添付することでいつでも振り返るノートとして活用できるようになった。

【日時】 4月12日 16:30~17:30
【場所】 グラウンド
【この練習で取り組みたいこと】

目的
①キレを取り戻す
②砲丸に慣れる
③投げる時のポイントを意識

反省
立ち投げでは、身体をしっかりと向けたい意味がない
グライドはみみずきで投げる
全体的には右足をしっかりと回転する(投げ切る)

【練習内容】

練習名&説明	量	時間
バウンディング	20 m	
10m+ダッシュ10m	計 - 40 m	計 - 00:00:00
投腕立ち投げ、グラ イト)	10 回	計 - 40 回
	40 m	00:00:00
合計	40 回	00:00:00

写真3 「AthleteStories」
反省を書くようになったが、指導されたことをだけを記入している

【日時】 5月28日 21:30~22:00
【この練習で取り組みたいこと】
筋力アップ

気づき
高球体の時のフォームを見て感じたことは、腰が高い投げになった。
本来なら、もう少し低いから投げべきだったのが、緊張で高くなっていった。
また、ベストのフォームは引きが早く、しっかり伸ばしていたのに対して、獲りの5投は全然伸ばしていない。
また、先生が言っていたことだがいい記録を出した時は素人が獲てもいいと思えるフォームだが、ダメな時は素人でもわかってもらえないというところも気づいたので、素人なりの見方も参考にしていきたい。
あと、今は少しサークルの開けた状態から投げてるが、来るうまでにはサークルの開けず投げるようにしたい。

【練習内容】

練習名&説明	量	時間	本数	セット
懸立で伏せ(広) 早くする	10 回	計 - 30 回	x1	x3
懸立で伏せ(狭)	10 回		x1	x3

写真4 「AthleteStories」
自分の課題や気持ちなども記入するようになった。

◆試合予定◆
【タイトル】 秋季大会(公式戦)
【試合日時】 2018年9月30日

◆試合結果◆
【試合の気づき、次に生かしたいこと】
投げきったあとの頭ん振りが足りなかった。
今までの練習が足りなかった。
メンタル的にもまだまだだった。
自己管理がまだまだだった。

この4つを全うするまでは改善もしくは増やすことをしなければ大会記録更新はおろか、2連覇は厳しくなる
明日からは、心を入れ替えて、もっともっと練習をする。
また、自己管理をしっかりして、キレを増やそうにしたい。また、今回言われたことを繰り返さないように、自分に厳しくしたい。

【試合記録】
砲丸投げ 10.7メートル

写真5 「AthleteStories」
試合の結果を踏まえて自分の課題について考察している。

② ICT 機器を活用することで情報保障やコミュニケーションの質を向上させる。

☆使用したアプリ

- 動画の撮影、確認のため⇒「カメラ」「写真」
- 解説動画作り⇒「Clips」
- 動作の比較のため⇒「Coach My Video Education Edition」



動画を活用したコミュニケーション

☆字幕入り解説動画の作成

本生徒を含めた聴覚障害の生徒は手話や口話を読み取って会話の内容を理解するため、動作中の解説などでは、話者の口元や通訳者を見てしまうため、動作を見ながら説明を聞くことが難しい場合が多い。動画に字幕をつけることで動きとその説明が同時に見られるように、フォームの見本の字幕付き動画を「Clips」で作成し、「写真」の iCloud 写真共有でいつでも確認ができるようにした。

写真6 「Clips」
生徒がコーチの指導を撮影しながら文字起こしした。誤変換は後日顧問が修正。

☆動画とテキストによる遠隔指導

コーチはなかなか練習に参加できないので、顧問が「写真」で動画を共有した後、生徒が「AthleteStories」にアップすることで、フォームに関して遠隔で指導してもらうことができるようにした。フォームをチェックしてうまく修正できない時や試合のフォームについてアドバイスをしてもらうことができるようになった。テキストでやり取りすることでお互いにストレスなくコミュニケーションすることができた。



写真7 「AthleteStories」
練習後のコーチとのやりとりの様子

☆動画を使用した指導

生徒が自身のパフォーマンスを振り返るために、「Coach My Video Education Edition」を使用し、動画にその場で注釈をつけたり、2つの動画を比較したりできるようにした。客観的に比較することで改善点の理解が深まった。また、アプリの動画を介してやりとりすることで手話や音声変換を用いなくてもコミュニケーションすることができた。

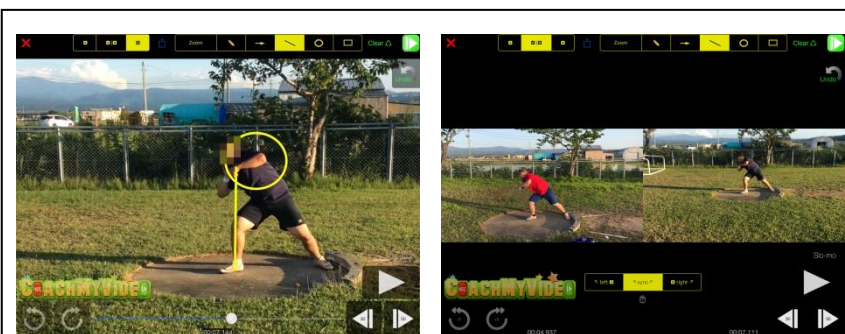


写真8・9 「Coach My Video Education Edition」
動画に直接注釈を入れたり、比較したりすることで視覚的に共通の言語として活用。

【報告者の気づきとエビデンス】

○主観的な気づき

①自分の苦手さを自覚し改善できる手立てを身に付ける。

- ・ICTを活用したことで、「練習後の反省」という課題の提出忘れが少なくなったのではないかな。
- ・好きな活動による振り返りを継続したことで、客観的に自分を受け止め自分の課題を改善しようするようになったのではないかな。

②ICT機器を活用することで情報保障やコミュニケーションの質を向上させる。

- ・動画による情報共有やテキストを交えたやりとりの有効性を実感することができたのではないかな。

○気づきに関するエビデンス

①自分の苦手さを自覚し改善できる手立てを身に付けるについて

「夢につながっている活動であること」や「思いついた時に入力し提出できる手軽さ」から催促のメールをしなくても練習の反省を提出できるようになった(図1)。本人が「アスストを使ってからは、どんな練習をしたのか、どれくらいやれば、筋肉痛になるのか、数値化する事ですぐに確認することができた。アスストを記入することが習慣になったことで、練習をしていないと、ヤバイと感じる様になった。モチベーションも保つことができた。また、記入したことをコーチや監督に確認してもらうことで、すぐにアドバイスをもらうことができたというのも大きかった。」とコメントしている。

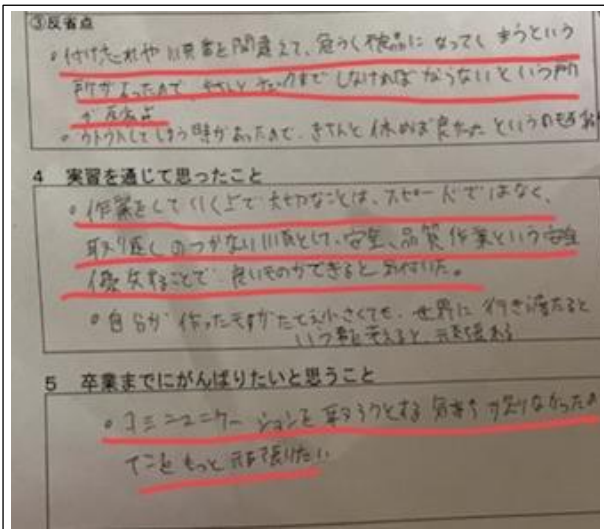
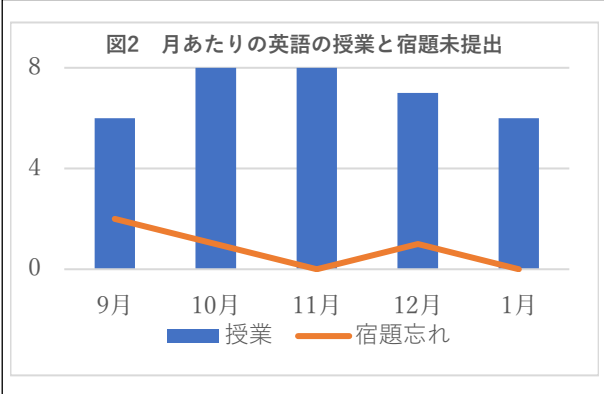
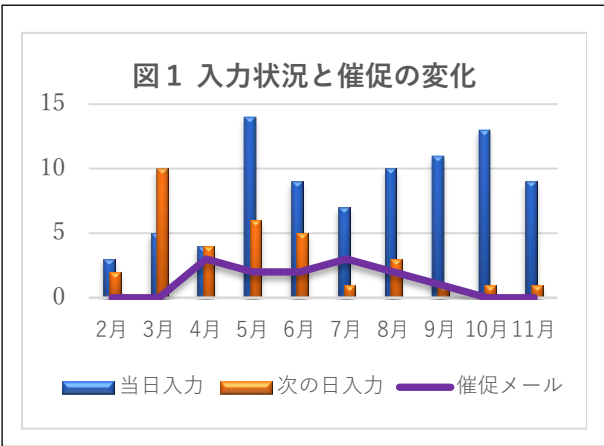


写真10 「産業現場等における実習」の日記

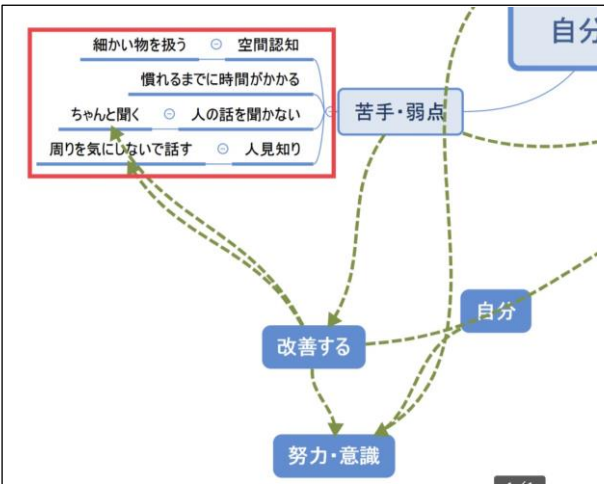


写真11 「自分にあっている仕事」のマインドマップに記入していた「苦手・弱点」

部活動以外でもメモをとるようになり宿題の提出忘れが減っている(図2)。

「産業現場等における実習」の日記の内容や実習の態度から、昨年度はミス改善の意思が全く感じられないとの評価を受けたが、今年度の実習では、「付け忘れや順番を間違えて、危うく不良品になってしまうところがあったので、きちんとチェックまでしなければいけないというのが反省点」「作業をしていく上で大切なことはスピードではなく、取り返しのつかない順番として安全、品質、作業という、安全優先することで良いものができる気がした」と記入するなど、自分のミスを認め、より良く改善するための方法について考えることができるようになり(写真10)、「産業現場等における実習」後の振り返りのマインドマップでも自分の苦手なことについてまとめていた(写真11)。

今年度の「産業現場等における実習」では、ほとんどの項目で良い評価を受け、企業の内定を受けることができた。

②ICT 機器を活用することで情報保障やコミュニケーションの質を向上させるについて

自分のパフォーマンスの動画を共有し、自分からコーチに指導を求めることが頻繁にあった。文字や動画を使うことで顧問を介せずに主体的にやりとりしていた。本人からも「コーチから口話と身振りを使って教えてもらったが、ときどきわからなくなることもあったので、一緒にビデオで確認して、どういう動きをすれば良いか理解することができた。また、休日にもビデオを見ながら練習ができた点もおおきい。」と文字や動画を活用したコミュニケーションの有効性について話している。

○最後に

本生徒が自分の課題を克服するためには自己を見つめ、課題から目をそらさず自分の苦手なことを自覚し、ツールを使って補うことで自立して社会に参加していくことをねらいに取り組んだ。本生徒は昨年度までの自分について「自分は他人より優れていると思っていた。その態度が実習に出てしまいすごく叱られた。その時は自分のことを何もわかっていないと直そうともしなかった。」と話していた。今年度真剣に夢を追いかけの中で、自分の反省や気づきを記録していく活動を通して、悩んでもがいて自分を客観的に捉えることができるようになったのではないと思われる。4月からの生活についても「(ICT機器を)会社で活用できる場所は、今までよりは減ってしまうかも知れないが、コミュニケーションツール、スケジュールの確認、やるべきことリストなどを活用していきたい。そうやって聞こえないことをカバーして改善していけたらいいと思う。」と話していることから、この実践から本生徒なりに感じるころがあったのではないと思われる。

【今後の見通し】

①自分の苦手なことを自覚し改善できる手立てを身に付ける。

- 卒業後の職場で実現可能な方法を検討していく。
- 働きながらデフリンピック出場の夢を目指すために、自分で計画を立ててトレーニングができるようにしていく。

②情報保障の質を向上させる。

- ICT を活用し音声情報をテキストや映像に自ら変換できるようにしていく。
- 卒業後で、一人で生活していくためには、健聴者とのコミュニケーションが必要であり、その上で情報は保障されるだけのものではなく自分も保障していくことを理解できるようにする。