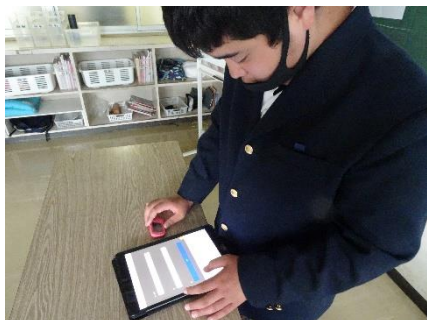


1人1台端末の活用により、日常生活の質を向上させる実践

学校名	岡山西支援学校	指導者名	若生 公志
実践場面 (教科名)	日常生活の指導	単元・題材名	健康な身体になろう
学習目標・ ねらい	・自分の体重をチェックし、アプリでグラフ化することで現状を認識することができる。 ・日々の歩数を知ることで、自分の適切な運動量が分かる。		
対象児童生徒の 実態	知的障害部門 中学部 3年		
	・肥満傾向がある。 ・運動を継続的にしなければいけないことを意識することができている。 ・iPadに数値の入力を行うことができる。		
活用の概要			
【使用アプリ】			
体重管理：ハミング			
		歩数計：GraPho	
			
【概要】			
・体重を測定した日には、アプリに数値を入力した。月の体重の変化を折れ線グラフで確認することができ、適正な体重にするためにはどうすればよいかを考えるきっかけとすることができた。また、3か月や1年間というスパンであっても変化を見ることができた。			
・このグラフをもとに、食べすぎないように気を付けたり、継続的に運動をしたりする動機づけとなった。			
・歩数計をつけて1日を過ごして、その結果を帰りの会の時に GraPho に入力するようにした。結果は折れ線グラフで表示設定にした。			
			
成果や活用の ポイント ・ 課題、改善点 等	・数値を入力さえすれば、縦軸の調整をアプリが自動でしてくれ、見やすいグラフに仕上げてくれる。 ・表示が複雑なところがあり、入力にはある程度の慣れが必要であった。 ・できれば、アップルウォッチのように自動で測定することができ、その結果を、アプリに転送し簡単に視覚化できる器具があれば、使用できる生徒が増えるのではないかと思う。		