

心身障害のある児童等への水中指導

Swimming Training for Handicapped Children

齋藤 美磨
Yoshimaro SAITO

はじめに

身体の緊張を過度に行うと、姿勢のゆがみ、発声のひずみ、運動のぎこちなさを伴う、不自然な状態となります。健全な人にもこの緊張にともなうぎこちなさがありますが、心身に障害のある子供の場合には、もっと状態の変化が激しいものです。ことばに心のこもらない状態となり、顔に仮面を貼り付け、笑い顔、無表情で他者に向かい合い、自己を必死に守ろうとしています。

人間の自然な動きとは何かを追求し、身体の緊張をはぐすのに使える媒体は何かということを考え、人の体を利用しての動き、さらにもっと積極的なリラックスをもたらす水の利用をプール指導を通して実践し、障害児への身体のリラックス、水遊び、水泳指導と障害児の変化と、その実践に協力した学生たちの成長を見たので報告します。また、学生、社会人が自発的に心身障害児・者への支援ということで、参加した団体での取り組みで、種々の苦勞をこの中で読み取っていただければ幸いです。

経緯

山口県立大学社会福祉学部齋藤研究室に平成12年6月、山口県立山口養護学校の山根潔教諭より、心身障害児・者9名のプール指導の要請を受け、ボランティア学生とともに参加し、1年を経過した。この間の経緯をまとめ今後の資料としたい。齋藤の立場はテクニカルアドバイザーであって、直接学生への指揮権はなく、スタッフとして参加し、必要な知識技能を伝授することである。

このときに山根潔教諭よりの伝達されたスイミングの目的は以下のごとくである。

1 水泳を通して、自分のレベルに応じて水の

中で運動する楽しさを味わう。

2 集団での活動を通して、人との関わりを楽しみながら、マナーを身に付ける。

保護者の願い

- 1 水の中で運動を楽しむ
- 2 人とかかわりを楽しむ
- 3 基礎的な体力や泳法を身につける
- 4 人とかかわるためのマナーを身につける

まず、内容の評価をするには上記について判断するには

- 1 子供の笑顔 喜んでいるか、これが基本です。
- 2 人との関わり コミュニケーションがとれるか、マナーはどうか
- 3 泳法の修得 どんな形でもよい泳げるか、泳げれば正確な泳法へ
- 4 体力の獲得 水の中にいれば体力はつきますので、水の中の時間を十分に取る

対象児（年齢、障害名は参考程度と見てください）

小学生から成人まで男7名、女2名の、自閉症とされているものを対象とします。

JH 男 高校1年 体力あり、寡黙、何時にもこやか

TS 男 中学1年 小柄、よく話す

YA 女 中学2年 寡黙、指示されたことを必要以上に遵守する、融通が利かない

YU 男 25歳 体力あり、他者に関心を持つ、実況放送を復元する用に文章をアナウンサーのように繰り返す

DS 男 高校2年、体力あり

- TK 男 中学2年、体力あり
AF 女 25歳 人との交わりで人見知りする
TY 男 中学1年 何時もにこやかに人見知り
しないように見えるが、対人問題
YN 男 小学6年 男性の成人に恐怖がある、
人見知り

参加ボランティア

平成12年開始時点での山口県立大学ボランティア4年生4名、2年生3名、1年生4名、山口大学9名、専門学校生3名、職業人2名であったが、現在4年生は卒業し、山口県立大学社会福祉学部を中心に指導を行っている。1年 木村、小林、2年猪本、河内、秋山、山本、3年岩本、山本智、大室、梅木、4年姉川、ほか真部、白木、久光、山口養護学校高橋、この他に臨時参加のボランティアで行っているが、特に組織立ててボランティアチームを組むことなく自主的な動きでまかなっている。

この中で、参加している学生の障害児に接する鍊度があがり、相互の交流も密接であらゆる場面において子供を見る眼、癒す力をつけている。全体の中で、自己に必要な動きを自覚し、自発的に子供との接触場面を作る、離れることが出来るようになってきている。

このことは、同様の機会である豊浦ふれあい海水浴、光井小学校ことばの教室サマーキャンプでの学生の動きのよさで実証している。

指導の経緯

最初は山口大学教育学部の学生の行っている一斉指導を観察し、指導の問題点をまとめ修正をくわえた指導法を述べる。

事前に担当障害児を決め、陸上で、個人点呼、準備体操を行い、その後シャワーを浴び、プールサイドへ、うつぶせバタ足の練習、あお向けバタ足の練習、プールの中に入り、もぐる、一人ずつの泳ぐ練習、トイレ休憩、道具を用いての水遊び、大きな道具を用いての水遊び、終了、陸上での整理体操、終わりの挨拶というように続き、集団へ

の指導を基本においていました。

問題点は障害児とボランティアの1対1の対応が必要であるか否かである。

確かに障害児個人とボランティアが密接に結びつくことはよいことではあるが、反面、他の子供と遊べない、他のボランティアと接触できないという弊害があり、一定の条件下でのみ有効である。そこで、複数のボランティアと複数の子供がおのずと結びつくという方法に切り替え、事前の組み合わせを行わないことにし、子供を3群に分け、グループにつくボランティアのリーダーを内々で決めておき、適宜、ボランティアを引き込むように誘導するシステムとした。

3群の構成は、

A班 泳ぎこみを主目的とする

JH 男 高校1年 体力あり、寡黙、何時もにこやか

TS 男 中学1年 小柄、よく話す

YA 女 中学2年 寡黙、指示されたことを必要以上に遵守する
泳力のあるボランティア2名

大室、猪本、秋山、山本幸、姉川、山本智

B班 脱力と水遊びを主目的とする

YU 男 25歳 体力あり、他者に関心を持つ、
実況放送を復元する

DS 男 高校2年、体力あり

TK 男 中学2年、体力あり

体力のあるボランティア3名

梅木、山本智、大室、岩本、小林、木村、
姉川、真部、白木、久光

C班 人との接触を主目的とする

AF 女 25歳 人との交わりで人見知りする

TY 男 中学1年 何時もにこやかに人見知り
しないように見えるが、対人問題

YN 男 小学6年 男性の成人に恐怖がある、
人見知り

個々の動きを把握し、臨機に動けるボラティア3名

岩本、猪本、河内、山本智、秋山、小林、
木村、真部、白木、久光

基本的な考え方

子供と教師、ボランティアの間には相性があります。このため、複数の人と接しているうちに特定のひととの結び付きができるのが理想です。このために、特定のひとを決めずに動いているうちに組み合わせが出来るように試みています。

水の中での動きの時間を多くとる。

子供の顔色を見る。

変化したことを適切に評価し、賞賛する。

実際の運動

水流を体に当てて刺激を加えること、子供同士の接触を図る。

水中ウォーキング100M

背面支え浮き50M

うつぶせバタ足

輪になって水流を作る

子供の様子により、ボランティアの体を使って

背浮きの子供を足で押し出すカタパルト

背浮きの子供の足を持って押す手押し車

背浮きの子供を2-3人で交換する人間お手玉

背浮きの子供を体全体の推進力で押し出すロケット

背浮きの子供を腕で押し出す槍投げ

背浮きの子供を次々に押し出し受け取るいかだ流し

自由練習

遊戯を使つての遊び

集団から班へ

個人の変化が大きくなって、ひとつの大きな群れの動きの中だけで動くことが困難になり、個人をより深く見るため、3班に編成を緩やかに取り入れます。各班にボランティアを固定し、全体の流れの中で、班別の動きを取り入れます。

各班にはボランティアを人数分配し、メインリーダー、サブリーダーをその時々で決めて、責任をもつての動きをとりますので、現在の全員一緒より、個人を配慮できる形となります。

全体の1名のリーダー（斎藤、高橋、梅木）と、

1名のサブリーダー（秋山、梅木）が指導にあたり、各班の動きを見ていきます。

心身障害児に対して大集団の指導は無理があり、個別に対応せざるを得ないことは明らかであり、できるだけ小集団とするが、子供同士の接触を積極的に図るようにした。この結果、自閉と言われるYAから、他の障害児と並んでクロールを25M泳いだ後「楽しかった」という自発的な発言を得たことは大きな成果であった。

プールサイドではなくプールへ

プールでは陸上の行動は意味がない。できるだけ早くプール内に入れ運動を行わせるべきである。そのために早く会場に着いたボランティアはプール内において、適宜遊びを行わせることで準備運動とし、陸上の点呼、準備運動は省略した。このためにはプールの水温、気温の適切な管理を求められるが、吉敷のSSSでは快適な環境である。3群に分けることにより、3名の対象のみに留意すればよいので、安全面の配慮も十分である。

プールサイドでのバタ足は意味がない、すべて水中で手を添えてのバタ足として、推進力を自分で確認させるようにした。

子供の変化

自閉と言われるYAから、他の障害児と並んで泳いだ後「楽しかった」という自発的な発言、他と接触しなかったDSとTHが同じフロートで遊ぶようになったこと、AFが複数のボランティアと遊べるようになったことも同様な成果と考える。

各種の遊びを通して背面で浮くことを体験させた結果、今まで泳げなかったJH、TSが25Mクロールで泳ぎ、やっと25M泳いでいたYAがそれと歩調を合わせるように25M泳いでいることは一定の成果と考える。

遊具を用いての遊びは、泳げるようになったことで、YA、JH、TSにとってほとんど意味の無いものになり、現在自由時間になっても自力での泳ぎを好むようになっている。この子らにとって、プールは楽しい場であり、泳げるようになってい

る今、相互に刺激を与え合いながら泳げるプールはかけがえのない遊びの場となっている。

体力のあるDS、TK、YUの3名は、脱力と浮くことを中心に指導プログラムを考え、とにかく自力で浮くことを経験させ泳ぎへと導くこととする。

一人になりたがる、AF、YN、TYは個別のボラティアを配することと、3名の集団での動きを取り入れ、水の刺激を導入し、注意深く経過を見守り、できるだけ多くのボラティアによる、接触を試みる。

平成13年6月16日での子供たちの進捗状況と今後の課題。

JH 25mクロールが出来ましたので、あとは泳ぎこみと競いあいです。

TS 25mクロールが出来ましたので、あとは泳ぎこみと競いあいです。

YA 25mクロールが出来ましたので、あとは泳ぎこみと競いあいです。

JH君と競り合って泳いだあと、自発的に楽しかったという言葉は印象的でした。他者との交流が生まれ始めています、変化の兆しを大切にしましょう。

YU 全身の脱力ができ、浮けるようになりました、一時的に前から挑戦していた面かぶりクロールを行わなくなったのは、より楽しい脱力、そこから生ずる浮力を楽しんでいます。すぐにクロールを行うようになりましょう。

DS 脱力と遊び、体が浮き始めています。

TK 脱力と遊び、体が浮き始めています。

AF 特定の人だけでなく、複数のボラティアと交われ、笑顔がたえなくなりました、よほど楽しくなっているのでしょうか、人との交わりを中心に楽しみましょう。特定の子供、ボラティアたちとの交流を通して発達を促していきます。

TY 何時も笑顔がみえるのですが、仮面としての笑顔です、喜怒哀楽を表現してほしいも

のです。今回、丸めていた身体に刺激を与えてみました、初めての身体への刺激でくすぐったいようなはじめての感覚で戸惑いが現れていました。そのあとも斎藤、梅木に擦り寄ってきていたので、不快ではなかったものと判断しています。これからは特定の子供、ボラティアたちとの交流を通して発達を促していきます。

YN プールサイドでは、泣いているのですが、強引に遊びの輪に入れると笑いが出て、安定します。特定の子供、ボラティアたちとの交流を通して発達を促していきます。

学生の変化と今後の課題

自発的な動きで、いつも子供の様子を全体から見て、危険を予知し、必要な動きを身につけ、自己也遊びを行い、たのしみながら子供と触れ合っています。各自が全体のリーダーとなれるように更なる成長を期待したい。

謝辞 この論文をまとめるにあたり、何時も水の中で笑っている障害児、SSSのスタッフ諸氏の協力、親の会の皆さん、それにもまして、いつも協力してくれた、ボラティア各位に感謝する。

参考文献

小林芳文ほか 水中ムーブメント コレール社
1988年8月

竹内敏晴 からだが語ることは 評論社 1982年
6月

SUMMARY

— Swimming Training for Handicapped Children—

Yoshimaro SAITO

We educated 9 handicapped person aged 11 to 25 years for about 1 year.

First, they do not like Swimming training for strict method by man to man method.

We changed training method team to team and training for flexible to each person. They like training in water, and many of them could swim 10M to 25M. All of them can float by themselves.

We play next methods.

1. Walking in water by all members not to make pair.
2. Naturally make pair and train them back position with their back head.
3. Make circle 3 or 6 person hand by hand and move one side and handicapped person float with water course what moved with themselves.
4. Each person swim with their wanted

method. One person swims by crawl, other one swims by backstroke. Others only want to float

5. Otedama: floating person move to other person.

6. Ikadanagashi: floating person move to other person to person.

7. Use floating materials.

Maybe, handicapped person accept water press and excite and become to relax their body. They can their body's relaxation and they release their mind.

One said voluntarily "pleasure", others play each other before they played only one volunteer.