

心身に障害のある児童等への水中指導 2

Swimming Training for Handicapped Children II

齋藤 美磨
Yoshimaro SAITO

はじめに

身体の緊張状態は、心にも体にも表れて来る。近年学生の体にも不自然なこわばり、左右の不均衡が見られている。

水中指導でもっとも様子のよくわかることは水の中で浮けるか浮けないかで、体の緊張状態が簡単にわかるものである。緊張状態が取れていれば水の中で浮くことができ、左右の不均衡もなくなるものである。

水中指導を始めていた当初の、全身緊張状態にあって、浮くこともできず、力任せに泳法の真似事だけをしていた、障害児・者が今は嬉々として水に戯れているようになった。

中には、ターンをして70メートルを連続して泳いだり、25メートルを泳ぐ中で力を抜いて楽になる泳ぎを習得して、今までの緊張して全力を常にだし、苦しくてはきそうになる状態から脱して、速度の調整をしている。顔を水につけることを嫌がっていたのが、顔を水につけ、誰とでも遊べるようになったり、浮けなかったのが自力で浮き軽く支えるだけで移動できるようになったりしている。

これらの変化を水中での指導によって、体が変化、遊びとして現れている経過を報告する。

目 的

水中指導が障害児・者のからだの変化に及ぼす効果を検討する。

対 象

心身障害児・者 8名である。

- TA 水に慣れる段階
HI 集団に入れずボランティア一人とだけかわるが、ほかの人がうまく導くと三人の遊びとなることも可能となる。
YASU 浮き、泳ぐ、性的言葉を使う
JYUN 泳法 クロールマスター 平泳ぎ形になってきた 背泳ぎマスター
TAKA 浮くこと
DAI 浮くこと 首をもたれるのは嫌がるが足で差支えての雨季を取れるようになった。
TAKU 泳法 クロールマスター スピードを上げすぎて25メートルがきつい
クロールで身体の浮力を増すために背を丸めることを教え10月28日
楽に泳げるようになってきた。
AKA 浮くこと、水中であるくこと、水に顔をつけること

会場の変更

水中指導の場が、山口市の吉敷会場から大内会場に変わったことによって変化したことをまとめる。

場所としては、25メートルプール2コースから25メートル2コース、小児用プール水温、室内温度ともに少し高めに設定して、吉敷会場よりリラックスできるようになった。

時間は18時から19時が30分遅く18時30分から19時30分となった。

このため、山口県立大学の17時40分の授業終了後、軽食を食べての参加が可能となった。軽食を食べないで参加すると空腹によって指導が十分に

行えないことになるが、吉敷会場の場合の水中指導終了の後のミーティングの代わりに、水中指導前のミーティングとすることとなった。

このため、従来行っていた指導後のミーティングが行われなくなり、速やかな反省ができなくなったことと事前の打ち合わせがおこなえるようになったこととの功罪は改めて検討を要することであるが、山口県立大学における学生指導のあり方を考えても、夜遅くの指導は好ましいものではなく、大学の講義時間内に指導の終わるようになったことは評価できるものである。

指導のながれ

1時間のプール借用時間を有効にかつようするために、一人でもボランティアが来たならば、心身障害児・者は水着に着替え、シャワーを浴びてプールに入る。この間最初のボランティアはコースロープをはずし、2コースを全面的に使えるようにする。

プールの中のはじめの20分は挨拶、水なれ、水遊び、水中歩行、浮き方、浮いて引っ張られる等のからだをほぐす動作を行う。この最後にトイレタイムとなる。

この間に参加者がほぼ全員そろふことになる。

次の20分の前にコースロープを張り、2コースに分かれて泳法の習得を行う。

最後の20分はプレイタイムとして特に指導を行うことなく、遊具を使って遊ぶ時間とする。

時間設定は 20分水なれ 20分泳法 20分遊びが基本となり、コースロープの撤去設置が合図となる

終了時水温と皆が集まっていることから小児用プールに最後には全員がそろっているの、25Mプールのコースロープをはり、移動した器具を元に戻し終了の合図によりシャワーを浴びて着替え、この間ボランティアはプールサイドの整理と心身障害児・者の監督に分かれる。

以上を時間経過で表示すれば以下ようになる。

18時 齋藤研究室に集合

18時05分 出発

18時20分 更衣をしてプールサイドへ

18時25分 25メートルプールのコースロープの撤去

順次参加者がプールに入ってくる。

注 温水プールであるので陸上での準備運動は不要である。

水中歩行

頭を持つての浮きと水の流れの体感
人によっては泳ぎはじめる

18時45分 コースロープ設置 トイレの時間

泳法の修得

19時05分 コースロープ撤去 遊び時間の開始

19時20分 コースロープ設置 小児用プールへ全員移動

19時25分 終了 すぐにシャワーをあびて着替え
ボランティアの一部が残りプールサイドの水の処理

プール使用後の水のふき取り

19時30分 着替えの済むのを待って終わりの挨拶

水中指導の要点

小児用プールの使用法の検討がいまだ十分ではないがこの段階でも、小児用プールで水流を作ると吉敷のプールでの水流よりも強く容易に目的の強さの水流を得られる。小さいプールで浅いということが影響している。大きなプールがよいということではなく、小さなプールでの工夫、だけではなく大浴場の利用も考えるべきである。

健常児の場合には、分修法で、手の掻き方、足のバタ足のしかた、呼吸法、ビート板を利用してのバタ足の練習等が有効であるが、障害児の場合には型どおりの指導法は適用できない場合が多い。

たとえば、DAIの場合、首、頭を持つての援助をととも嫌がり浮かせることができなかつたのが、腰の補助から足を持つての補助に切り替えると容易に浮くことが可能となり、定型にはまった指導だけでは解決できなかつたことであつた。

遊びで導入し、折をみて浮かし、泳がせるという臨機応変の指導が求められ、学生に期待するの

は、ひたすら遊ばせることで、指導者が必要に応じて、教育の機に応じての指導が望まれる。学生はその場を借りて訓練をされているのであり、遊んでいるということで障害児・者の体の状態を知ることになる。

プールの危険は水中ではなく、プールサイドの凹凸であり、飛び込み台、段差が危険であることの認識が必要である。

プールの中に入れば転んでも怪我をすることはなく、また温水プールであれば準備運動を陸上ですることもない、監視の行き届いたプールは自然の中の海や川とは大きく異なっている。

またプールにおいては集団に対して音声で伝えることは音響効果の問題で伝えにくく、小集団ごとの指導になる。

健全児の集団とは異なり、個人の能力が大きく異なるので、集団の一斉指導は不可能であり、その場その場の臨機応変の対応がもとめられ学生のまなびは、手をとって教えていることだけではなく、その場にいるということで学んでいくことになる。

集合解散の場はプールサイドから、更衣の後にしたことは以下の理由による。

- 1 号令が伝えにくい。
- 2 水中で冷えた体で、待つということは苦痛である。
- 3 畳の上ではなく水中での指導の時間を有効に使う。
- 4 準備運動は水中で行う。

水中指導の成果の判定

障害児・者は表情をみ、明るい笑顔が出るか、浮けるようになったか（脱力できたか）、泳法の習得ができたかによって見る事ができる。

ボランティア学生は障害児・者が寄ってくるか否かで自身のリラックスの状態を認識でき、硬直した熱心さでは、相手の反応を読み取れず、障害児・者が逃げていくことで見る事ができる。

リーダーはボランティア学生 障害児・者の集団の変化をよみとれたか、良いように変化したか

によって見る事ができる。

反省事項として、

新人も入り、人も変わった、会場も変わったことに対する、十分な指導の検討が不十分である。

- 1 場所が二つに分かれ、全体のまとまりに乏しい。
- 2 新人に対しての特徴をつかみきれていない。
- 3 終わりの集会が徹底しない。
- 3 学生リーダーの選定が混乱する。
- 4 プール、遊具の後始末が十分でない。

プールを引き上げるときに、水溜りの処理をするようにとのプール管理者からの指示があり、ボランティアは引き上げの時に2群に分かれ、障害児・者の集合・解散とプール清掃にわかれる事となった。この機能が十分に機能していない。

プールの後始末を終えて、集合解散の状態を見ると、流れ解散となってしまったことは終わりの会の機能を果たしていないことになる。

全体として、水中での指導による変化

障害児・者は相互の関係を持たずにボランティアとの交流だけであったのが、遊具に相互に利用する、ボランティア学生の交換できるようになった。

これは、マンツーマンの対応から集団対集団の対応となり、いわゆるマンツーマンデフェンスからゾーンデフェンスに切り替えられた。

これはボランティア集団の質の高さを求められ、単に一人の障害児・者を見ているだけでなく、一人の障害児・者を見ているときでも常に全体の動きを把握し、手薄なところにすぐに移動し適切な対応のできる能力を求められている。

学習の場のほとんどに当てはまることであるが、泳ぎを覚えるときには飛躍の時があり、機をはずせばまた長い時間を置く飛躍の時を待たねばならないこともあり、障害児個人の能力を最大限に発揮できるようにすることを期待される。

ボランティア間の意思の疎通

参加しているボランティアが社会人、山口大学

教育学部障害児教育学科、山口県立大学とが集まっている。運営の責任は親の会にあり、ボランティアは親の会から委嘱を受けての参加が原則となり、全員の意思の統一は困難ではあるが、相互の自発的な活動による全体的な運営となっている。特に相互に強制することはなく、各自の意思により、必要な活動となるようにしている。時として全体の動きを乱すようなときにはやむを得ず全体のリーダーが強い抑制、指示を与えることもあるが、必要最小限としている。

しかし、両者の意思の疎通に問題が発生した場合に母親の会の介入を必要とするなど自主的な解決のできないことは今後の課題として残っている。

参考文献

- 斎藤美麿 心身障害のある児童等への水中指導
山口県立大学社会福祉学部紀要 第8号2002年
3月
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 日本語のレッスン 講談社1998年4月

SUMMARY

We educate 8 handicapped children and persons in water for about 3 years.

We used first Yoshiaki area's 25m pool, now we use Oouchi area's 25m pool and small pool from October '03.

We changed lesson time and teaching method on this time, main changed point is last meeting time from pool side meeting and hole meeting to only one hole meeting. For we want to use lots of time in pool not for to use other meeting time.

Next we change from teaching with contact man to man method to teaching with make group to group method. For we want to change partner and sometimes we want to make group, handicapped person must contact with many person.

Handicapped person have a little social area, they want to make friendship many person..

And we can use 2 type pool, one is deep and long 25M pool, other is small and shallow pool. Now we consider how to use these 2 pools.

Now they changed their body and strict mind. All of them enjoy swimming hour and someone can swim 70M, another one swim 25m with smile.

They can float with no tension.

We satisfy that all of handicapped person can get relax time in pool time and one of them can swim 70m with crawl stroke.