

「水泳の基礎的な感覚」を育てる授業づくり

北海道高等盲学校 沓澤 整治

盲学校に通う児童には、水が苦手な者が多い。そのような児童が、水や水泳に親しむためには、どのような指導を授業で行えばよいのか。

この問題を解決するために、「楽しい感覚」「リラックス感覚」「浮く感覚」「前へ進む感覚」という4つの「水泳の基礎的な感覚」に着目した。そして、これらに焦点を当てた仮説を3つ立て、授業実践を通して検証した。

指導の結果、児童には、各々の実態に応じて、水に親しむなどの向上的な変容が見られた。

本稿は、以上の実践内容に考察を加えたものの報告である。

1 問題意識

(1) 盲学校の児童は水が苦手

盲学校に通う児童には、水が苦手な者が多い。特に低学年の児童は顔に水がかかるのを極端に嫌がる様子が見られる。プールは好きだが、顔に水がかかるのが嫌だと訴える児童が多い。

今年度私は小学部1、3年生の体育を指導しているが、5名中、3名がそのような実態である。

このような児童にとって、どのような指導を行えば、水に親しめるようになるのかを考えた。

(2) 指導系統について

太田(2004)を参考に、水泳指導の系統について、以下のようにまとめた。

①伏し浮き→面かぶりクロール→クロール→平泳ぎ→背泳ぎ

②ドル平→バタフライ→クロール→平泳ぎ→背泳ぎ

③背浮き→ちょうちょう背泳ぎ→背泳ぎ→平泳ぎ→クロール

①は、現在学校教育の中で行われている系統である。この指導が長く行われてきたが、欠点は水に顔のつけられない子どもや恐怖心の強い子どもには不向きだということである。②は学校体育研究同志会が開発したドル平泳法である。呼吸の指導については効果があるが、バタフライがクロールより先に指導する系統になっているので、指導に自信のない教師には難しい。③は鈴木勘三氏が実践された系統である。この指導の特色は背浮きから始まることである。そのために、顔に水のつけられない子どもでも短期間に泳げるようになる。

以上のような指導の特性から、顔に水がかかるのを嫌う児童が多い盲学校においては、③の指導系統が適しているのではないかと考えた。

(3) 水泳の基礎的な感覚

「水泳の基礎的な感覚」とは、太田(2004)の、水泳における「基礎感覚」から、今年度の児童の実態に合わせて、「楽しい感覚」「リラックス感覚」「浮く感覚」「前へ進む感覚」の4つの内容を抽出したものである。

この「水泳の基礎的な感覚」を児童に得させることを基盤として、授業を構成し、指導を行うことで、水に対する苦手意識から生じる課題の改善を図れるのではないかと考えた。なお、本年度の、水泳授業の総時数は、12時間（1時間：45分）である。

2 事例・1

(1) 児童の実態

児童	学年	眼疾	視力	水泳に関する実態
A児	小学部1年	網膜芽細胞種(両)	右0 左0.08	・プールに入ることにはできるが、顔に水がかかると嫌がる。
B児	小学部1年	未熟児網膜症 緑内障・視野欠損	右0 (光覚) 左0.02	・プールに入ることにはできるが、顔に水がかかるとを極端に嫌がる。
C児	小学部3年	網膜色素変性症	右0.01 左0.05	・プールに入ることにはできるが、顔に水がかかるとを極端に嫌がる。

(2) 目的

顔に水がかかるとを嫌がらず、水の中で「楽しい感覚」「リラックス感覚」を得て水遊びを行うことができるようにする。

(3) 仮説

陸上で行っている運動を、水中でも行うことによって、児童は見通しを持って安心して、楽しく、水中で活動することができるだろう。

(4) 方法

浅いプール、深いプールを問わず、陸上でウォーミングアップとして取り入れていた「スキップ・ギャロップ」や、本校で体育の授業や運動会の準備体操として行っている「旭盲エアロげんき体操」を水泳授業の導入として扱い、児童の変容を考察する。

(5) 結果

「スキップ・ギャロップ」については、児童は「タンタ、タンタ」と教師と一緒に声を出して陸上の体育の授業と同じように行うことができた。その様子からは、「楽しい感覚」「リラックス感覚」に加え、安心感も見て取ることができた。また、「旭盲エアロげんき体操」については、児童の反応がとても良かった。3人の児童はとても楽しんで行っていた。

今年度の授業終了時には以下のような姿が見られるようになった。

- ・顔に水をかけられても逃げなくなった。叫ばなくなった。
- ・頭からシャワーをかけられても平気になった。
- ・「水をかけてこい」と挑発してくるぐらいに、水に慣れ親しむようになった。

3 事例・2

(1) 児童の実態

児童	学年	眼疾	視力	水泳に関する実態
D児	小学部3年	術後無水晶体	右0.15 左0.1	・ビート板で17m泳ぐことができる。 ・水中で力みやすい。

(2) 目的

水中で力まず、「リラックス感覚」を得て浮くことができるようにする。

(3) 仮説

背浮きでリラックスした状態を体験することで、けのびもリラックスした状態で行うことができるだろう。

(4) 方法

背浮きで「リラックス感覚」を体験する前後のけのびの状態の変容を考察する。

(5) 結果

指導している最中も、水中で力んでしまうD児であったが、指導を重ねる中で、ヘルパーを使った背浮きで、「リラックス感覚」を得ることができた。その後のけのびでも、リラックスをしたきれいな姿勢で浮くことができた。

4 事例・3

(1) 児童の実態

児童	学年	眼疾	視力	水泳に関する実態
E児	小学部3年	先天性無光彩	右0.09 左0.1	・ビート板で17m泳ぐことができる。 ・スイミングスクールに通っている。 ・補助具なしでは17m泳げない。

(2) 目的

補助具を使わずに本校プールの端から端まで（17m）泳ぐことができる（自力で「前へ進む感覚」を得させる）ようにさせ、達成感を味わうことができるようにする。

(3) 仮説

泳ぎ方が簡単なちょうちょう背泳ぎで17m泳ぐことができれば、達成感を得て、向上心をもって水泳に取り組むようになるであろう。

(4) 方法

背浮き、ちょうちょう背泳ぎを指導し、ちょうちょう背泳ぎで17m泳ぎ切った後の児童の変容を考察する。

(5) 結果

もともと、スイミングスクールに通い、水に慣れているE児は、すぐにちょうちょう背泳ぎを習得することができた。手のかきがなかなか上手いかず、その指導に時間を費やしたが、最終的には補助具を使わずに、自力で17m泳ぐことができた。

泳ぎ切った直後、E児は、「先生、見て！」と言って、補助具を使わず、オリジナルの泳ぎ（伏し浮き系）で17m泳ぎ切ってしまうという、とても積極的な一面を見せた。その後も、新しい泳ぎに挑戦する姿勢が見られるようになった。

5 考察

(1) 事例・1から

児童に無理をさせずに、行った実践であったが、児童は期待以上に「楽しい感覚」「リラックス感覚」を得て活動できるようになっていった。陸上で行っていた活動を、水中にも取り入れることは、授業の導入として有効であった。水中での活動は、非日常的な活動

である。水泳の導入において、水が苦手な児童に学習の見通しを持たせることは、安心感を与えるために重要な要素と考えられる。

(2) 事例・2、事例・3から

事例・2においては、背浮きは、けのびでも「リラックス感覚」を得て浮くための手段として効果があった。

事例・3においては、ちょうちょう背泳ぎで17m泳いだ直後に、オリジナルの泳ぎであるとはいえ、伏し浮き系の泳ぎで初めて17m泳ぎ切ったというのは、児童の心に達成感が生じ、それが向上心につながったと考えられる。

(3) 全体から

事例1～3の流れで指導することは、水の苦手な児童が多い盲学校において、有効だと考えられる。水に慣れてきた児童でも、顔を水につけることには、やはり抵抗がある。背浮きは顔をつけなくてもすむため、顔に水がかかるのを嫌がる児童の指導に有効ではないだろうか。そして、ちょうちょう背泳ぎへと進み、達成感を得ることで向上心をもって水泳に取り組むことができるようになるであろう。

今後は、実践を通し、その点について検証していきたい。

6 参考文献

- ・鈴木勘三『だれでも泳げるようになる水泳指導』(1985) 黎明書房
- ・太田輝昭『「平泳ぎ」「クロール」で25m泳げる10のステップ』(2004) 明治図書

※本稿は、平成17年の北海道視覚障害教育研究大会にて発表した論文です。