

知的障害児・者に対する水泳指導法の検討

○石田むつき

有川宏幸

(新潟大学 教育学部)

(新潟大学 教育学部)

KEY WORDS: 水泳 スポーツオノマトペ ビデオフィードバック

I. 目的

本研究では知的障害児・者のスポーツ指導に有効性が報告されている、擬音語・擬態語で動きを表現する「スポーツオノマトペ」と、自己のパフォーマンスが記録されたビデオを視聴することでフォーム等の修正を段階的に指導する「ビデオフィードバック法」を用い、水泳指導における泳動作の獲得・修正の可能性について検討する。

II. 方法

スイミングスクールの知的障害児・者のためのコースに通う受講生のうち、25mを泳ぐことを目標とするクラスに所属するA氏(21歳10ヶ月)とB氏(12歳5ヶ月)を対象とした。なお本研究前に本人、保護者より研究協力への同意をとった。

BL期ではスポーツオノマトペやビデオフィードバックを用いた指導は行わなかった。

介入I期は顔を水中につけ、左腕を回すときに「吸気の前に鼻から息を吐く」という動作を『ブクブク』という「オノマトペ」、右腕を回すときには「一方の腕が伸びる時に吸気を行う」、「呼吸時、耳を腕につけ、顔を横に向ける」、「水面すれすれに顔を出す」、「口を開けて呼吸する」という一連の動作に『パー』という「オノマトペ」を合わせて指導した。

介入II期は「両手が一時前に揃う」という腕動作を「ビデオフィードバック」を用いて指導し、グライド姿勢のあるクロールの習得を目標にした。「ビデオフィードバック」は息なしクロール練習時に行った。

介入III期は壁につかまって「一方の腕が前に伸びる時に吸気を行う」、「呼吸の時、耳を腕につけ、顔を横に向ける(肩を見るように)」、「水面すれすれに顔を出す」について指導者が言う「オノマトペ」に合わせて呼吸動作ができるように、指導者が「身体的補助」を行った。

III. データ

「ビート板を持って、両手クロール」と何も持たずに泳ぐ「自由形で泳ぐ」の2つの泳動作の評価表を作成し、評価した。

「ビート板を持って、両手クロール」の評価項目

評価項目は「①腕、腰、指先が伸びている」、「②頭、腰、足が一直線上にある」、「③腕を交互に回す」、「④体の真下で水をかく」、「⑤(体の真下)手のひらを後方に向けたまま腕、手首、手のひらで後ろに押し進める」、「⑥(水中から前に戻る時)手のひらを太もものほうに向ける」、「⑦小指を上にして抜き上げる」、「⑧指先、ひじ、肩の順に静かに入水」、「⑨吸気の前に鼻から息を吐く」、「⑩一方の腕が前に伸びる時に吸気を行う」、「⑪呼吸の時、耳を腕につけ、顔を横に向ける(肩を見るように)」、「⑫水面すれすれに顔を出す」、「⑬口を開けて呼吸する」、「⑭吸気している間キックをし続ける」、「⑮吸気をしている間サイドックをしている」、「⑯水中での視線は床」、「⑰ビート板を持っている方のひじをしっかりと伸ばす」、「⑱両手が一時ビート板で揃う」の18項目であった。

「自由形で泳ぐ」の評価項目

評価項目は「ビート板を持って両手クロール」の評価項目①から⑯に合わせ「⑰回さない方の腕のひじを前にしっかりと伸ばす」、「⑱両手が一時前に揃う」の18項目であった。

IV. 結果

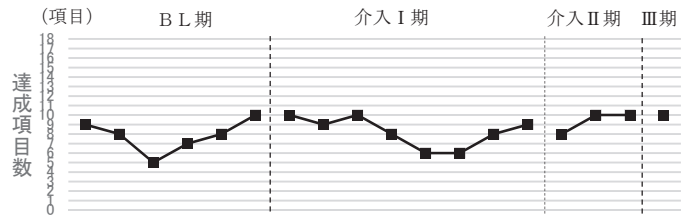


Fig.1 A氏の「ビート板を持って、両手クロール」の達成項目数と達成項目

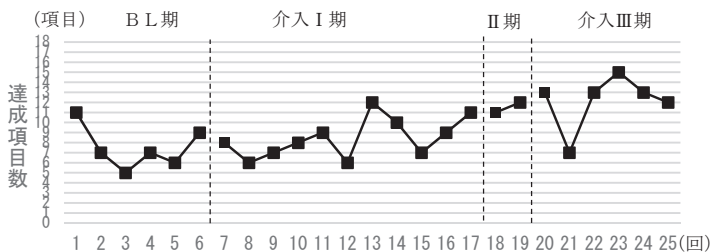


Fig.2 B氏のビート板を持って、両手クロール」の達成項目数と達成項目

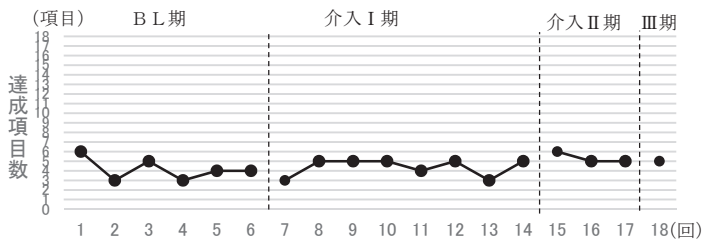


Fig.3 A氏の「自由形で泳ぐ」の達成項目数と達成項目

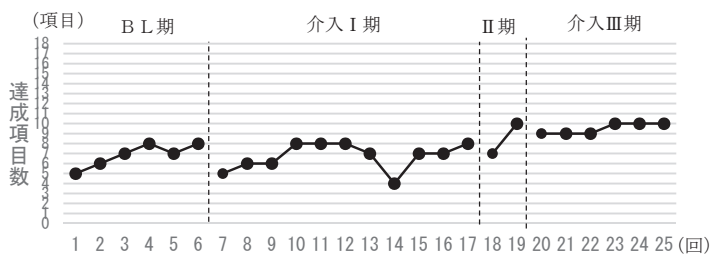


Fig.4 B氏の「自由形で泳ぐ」の達成項目数と達成項目

V. 考察

介入I期のスポーツオノマトペを用いた指導では、オノマトペとその意味内容が一对一で対応する場合に、有効であった。しかし、もう一つのオノマトペ『パー』は、複数の連続した動作を意味していたため有効ではなかった。

介入II期のビデオフィードバックを用いた指導では、「ビート板を持って、両手クロール」はA氏、B氏ともに「両手が一時ビート板で揃う」を達成できたが、ビート板がない中では、浮力の保持と腕動作の修正を同時に行わなければならなかった。そのため、A氏、B氏ともに浮力を支える身体補助がどうしても必要となった。浮力を得るための指導にビデオフィードバック法は適さない可能性が示唆された。

(ISHIDA Mutsuki, ARIKAWA Hiroyuki)