

## 「アダプテッド・スポーツ」の授業が歯学部生の スポーツや障害者に対する意識に及ぼす影響

佐藤 紀子

### The effect of adapted sports classes on dental students' awareness of sports and people with disabilities

Noriko Sato

#### 1. はじめに

スポーツのルールや用具を障害の種類や程度に適合 (adapt) させることによって、障害のある人は勿論のこと、幼児から高齢者、体力の低い人であっても誰でもスポーツに参加できるという考え方を「アダプテッド・スポーツ」という。

日本大学歯学部では、第1学年前期に開講する健康科学I「生涯スポーツ」(体育実技)において、「アダプテッド・スポーツ」の概念を取り入れた授業を実施している。歯学部生に対し、「アダプテッド・スポーツ」の授業を実施する意図は主に以下の2点である。

まず、一つはスポーツ・運動に親しむ態度を身に付けてもらうことである。

スポーツ・運動が心身の両面にわたる健康の維持・増進、疾病予防に寄与することは自明である。将来、人々の生活の質の向上、健康管理という役割を担う学生は、理論は当然のこと、自身のスポーツ・運動に親しむ態度を養うことが必要であると考え。特にスポーツ・運動を苦手とする学生については、アダプテッド・スポーツの考え方を知ってもらい、ルールや用具

を自分に合わせれば、運動が苦手でも、また年を重ねても、スポーツ・運動が楽しめることを知ってもらいたいと考えている。

次に多様なニーズがあることに気付いてもらうことである。

「アダプテッド・スポーツ」が対象とするのは、障害者、幼児から高齢者、妊婦、体力水準の低い人、運動が苦手な人など様々である。歯科医師には、多様なニーズのある人たちに合わせた環境づくりが求められる。この「アダプテッド・スポーツ」の考え方を取り入れたスポーツ・運動を通じて、学生が多様なニーズに応える環境づくりの重要性に気づき、将来活躍する医療分野での応用へとつなげてくれることを期待している。

本稿では、この授業が歯学部生のスポーツ・運動や障害者スポーツ、障害者に対する意識に及ぼす影響を明らかにし、授業効果を確認するとともに、今後の授業内容改善の参考とすることを目的とした。

#### 2. 「アダプテッド・スポーツ」の授業概要

第1学年前期に開講する「生涯スポーツ」で

表1 「生涯スポーツ」授業計画

回	1 グループ	2 グループ
1	ガイダンス	
2	体力チェックテスト	
3	生涯スポーツへの導入(1)	アダプテッド・スポーツ(1)
4	生涯スポーツへの導入(2)	アダプテッド・スポーツ(2)
5	生涯スポーツへの導入(3)	アダプテッド・スポーツ(3)
6	生涯スポーツへの導入(4)	アダプテッド・スポーツ(4)
7	生涯スポーツへの導入(5)	アダプテッド・スポーツ(5)
8	アダプテッド・スポーツ(1)	生涯スポーツへの導入(1)
9	アダプテッド・スポーツ(2)	生涯スポーツへの導入(2)
10	アダプテッド・スポーツ(3)	生涯スポーツへの導入(3)
11	アダプテッド・スポーツ(4)	生涯スポーツへの導入(4)
12	アダプテッド・スポーツ(5)	生涯スポーツへの導入(5)
13	レクリエーションスポーツの実践(1)	
14	レクリエーションスポーツの実践(2)	

は、第1学年を4つのクラスに分け、1クラス30名強で授業を実施している。表1はその授業計画である。実技項目は、ウォーキングやバスケットボール、卓球など様々なスポーツに触れてもらい、生涯スポーツの選択肢を増やしてもらうことを目的とした「生涯スポーツへの導入」5時間と「アダプテッド・スポーツ」5時間の2部に大きく分かれている。授業は、週に1度、2時限(1時限50分)連続しておこなっている。

平成22年度のアダプテッド・スポーツの内容は以下の通りである。

第1時間目：

- ① 通常のルールでのバレーボール(ネット高：2m43cm)

サーブが相手コートに届かない、すぐにボールを落としてしまい、ラリーが続かないといった問題が出現しやすい。

- ② ルールを変更したバレーボール

ネット高(2m15cm)およびサーブ位置(エンドライン→アタックライン後方)の変更、フォアヒットの反則をなくしたルールでゲームを実施した。ネットが低くなったことで、直線的なボールが返ってくる、短いサーブは拾いにくい、フォアヒットなしでは、ボールがいつ返ってくるか予測がつかない、などいくつか欠点はあるが、それ以上にサーブが苦手で自分のサーブ順が回ってこないように願っている学生や、ボールをうまく拾えない学生の精神的な負担が軽減し、参加しやすくなる。

第2時間目：

ソフトバレーボール

ゴム製のボールを使用し、コートはバドミントン用で、ネット高は2mとした。コート上のプレイヤーは4名。ボールが柔らかく、バレーボールの基本となるパスが安全に、確実

におこなえることで、ボールに対する恐怖心がなくなり、通常のバレーボールではなかなか積極的になれない学生が参加しやすくなる。

### 第3時間目：

#### ① 映像視聴

上肢切断者や義足を用いた下肢切断者が立位でおこなうスタンディングバレーボールと座位でおこなうシッティングバレーボールの映像を視聴した。

#### ② 感覚についての説明および視覚障害疑似体験

様々な感覚の説明をおこなった後、視覚を制限し、ペットボトルからコップに水を注いだり、歩行したり（図1）といった視覚障害疑似体験を実施した。同時に、視覚が制限された際は、周囲からの説明や誘導が重要であることも併せて体験し、スポーツをおこなう際に重要となる視覚に障害のある人のバレーボール実施について考察した。

### 第4時間目：

#### 風船バレーボール

鈴の入ったゴム風船を使用し、バドミントンコートとネット（1m 55cm）を利用しておこなった。コート上のプレイヤーは6名。全員が必ず1回ボールに触れて相手コートへ返球するというルールで実施した。風船は落下速度が遅いため、ボールの落下点まで移動しやすく、軽いため簡単に上にあがる。風船に触れた際に、鈴の音が変わるので、「触った」という感覚が得られやすいという特徴がある。立位、移動制限（図2）、座位（図3）、視覚制限など様々にルールを変えることによって難易度が変わることを体験した。

### 第5時間目：

#### ① 映像視聴

視覚障害者のために工夫されたスポーツとして、ボウリング、サウンドテーブルテニス、



図1 視覚障害疑似体験（歩行）



図2 風船バレーボール（移動制限）



図3 風船バレーボール（座位）



図4 サウンドテーブルテニス

サッカー、ゴールボールの映像を視聴した。

### ② 視覚障害者のためのスポーツ

正式な用具を揃えることが困難なため、安全面に配慮しつつ、より実際に近い形でできるように用具を工夫してサウンドテーブルテニス(図4)とゴールボールを実施した。

## 3. 方法

### (1) 調査対象

調査は、平成22年度第1学年129名(男子80名、女子49名、平均年齢19.4±2.4歳)を対象にした。

### (2) 調査期間

「アダプテッド・スポーツ」受講前(第1時間目授業開始時)と受講後(第5時間目授業終了時)、各クラスごとに実施した。

### (3) 調査・分析方法

質問紙により調査を実施した。受講前に基本属性として、スポーツ経験、障害者との関わり、障害者スポーツの経験等について、「はい」「いいえ」で返答する質問、自由記述を設けた。学生の意識・認識の変化をみるため、受講前および受講後には、スポーツ・運動に対する意識、障害者のスポーツ・運動に対するイメージ、障害者に対するイメージ等について5段階の尺度(「まったくそうではない」、「あまりそうではない」、「どちらともいえない」、「ややそうである」、

「とてもそうである」)で返答する質問、自由記述を設けた。これらの項目に関しては、受講前と受講後の尺度の平均値を対応のあるt検定で分析した。

## 4. 結果および考察

### (1) 受講前後のスポーツ・運動に対する意識の変化

表2は、学生自身のスポーツ・運動に対する意識について、5段階尺度で回答してもらった結果である。「スポーツ・運動をすることは好きである」という項目と、「得意である」、「気分転換に役立つ」、「チームでおこなうスポーツは好きである」の4項目では、受講前後の回答に有意な差が認められた。授業を受講することによって意識がより肯定的に変化したと言える。

受講後の自由記述の中には、『障害者用スポーツ』というものではなく、障害者でない人でも、運動が苦手な人や体力がない人にとっても最適なスポーツだと思った。、『ルールを変えることで運動が苦手な人でも楽しくできると思った。』、『道具などを変えることで、いろんな人が楽しむことが出来るのは良いと思った。』との感想がみられた。

これらのことから、アダプテッド・スポーツの授業においては、得手不得手に関係なくゲームを楽しむことができたものと考えられる。特にスポーツ・運動に対して苦手意識を持つ者は、足手まといになるという考えからチームスポーツを敬遠しがちになると考えられるが、ルールと用具が変わることで、チームの一員として自信を持って参加できると感じたのではないかと推測できる。

### (2) 受講前後の障害のある人のスポーツ・運動に対するイメージの変化

#### 1) 障害者スポーツに関する知識・経験

図5はオリンピック、パラリンピックをテレビや新聞で見たことのある学生の割合である。

表2 受講前後のスポーツ・運動に対する意識

項目	受講前		受講後		有意確率
	平均値	SD	平均値	SD	
1-1 スポーツ・運動をすることは好きである	4.24	0.99	4.39	0.87	0.002**
1-2 スポーツ・運動をすることは得意である	3.29	1.19	3.57	1.12	0.000**
1-3 スポーツ・運動はできればやりたくない	2.08	1.12	1.94	1.04	0.057
1-4 スポーツ・運動は勝利することに意義がある	3.34	1.14	3.21	1.09	0.102
1-5 スポーツ・運動は健康促進に役立つ	4.65	0.61	4.72	0.47	0.190
1-6 スポーツ・運動は気分転換に役立つ	4.50	0.79	4.65	0.57	0.032*
1-7 スポーツ・運動をすることに意義は感じない	1.93	0.99	1.84	1.02	0.331
1-8 個人で行うスポーツ・運動は好きである	3.91	1.03	4.01	0.99	0.117
1-9 チームで行うスポーツ・運動は好きである	3.87	1.08	4.12	0.89	0.000**

N=129    \*\* : p<.01    \* : p<.05

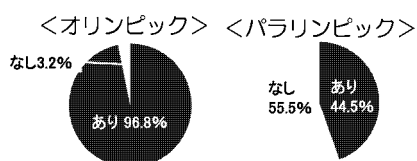


図5 オリンピック、パラリンピック視聴経験

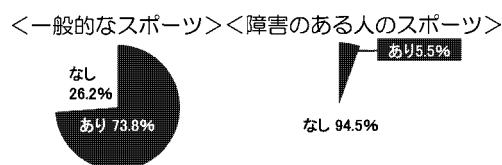


図7 スポーツ直接観戦経験

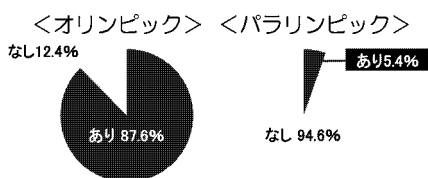


図6 オリンピック、パラリンピックメダリスト名

オリンピックが96.8%であったのに対し、パラリンピックは44.5%であった。図6はそれぞれのメダリスト名を挙げることでできた学生の割合である。オリンピックでは、87.6%の学生がメダリスト名を記述できたが、パラリンピックでは5.4%であった。ちなみに2008年9月に開催された北京パラリンピックにおいて車いすテニス男子シングルスで金メダルを獲得した国枝

慎吾選手<sup>註)</sup>(5名)、2010年2月に開催されたバンクーバーパラリンピックで、銀メダルを獲得したアイススレッジホッケーチーム(1名)、同じくアルペンスキージャイアントスラロームで銅メダルを獲得した鈴木猛史選手(1名)の名前が具体的に挙がった。図7はスポーツの直接観戦経験の結果である。一般のスポーツでは直接観戦経験のある学生は73.8%であったが、障害のある人のスポーツでは5.5%にとどまった。なお、実際に障害のある人と一緒にスポーツを実施したことがある学生は9.3%であった。具体的な記述を見ると、障害のある友人と一緒に体育の授業を受けた内容がほとんどであった。

これらのことから、受講前の学生の障害者ス

表3 障害のある人のスポーツ・運動に対するイメージ

項目	受講前		受講後		有意確率
	平均値	SD	平均値	SD	
2-1 障害のある人が行っているスポーツ・運動は、誰もがみんな楽しめる	3.81	0.98	3.75	0.99	0.542
2-2 障害のある人のスポーツ・運動は競技レベルが高い	3.84	0.93	3.70	0.91	0.123
2-3 障害のある人はスポーツ・運動ができない	1.71	0.96	1.60	0.79	0.120
2-4 障害のある人がスポーツ・運動をするのは危険である	2.61	0.96	2.94	0.97	0.001**
2-5 障害のある人はスポーツ・運動をすることが好きである	3.28	0.80	3.54	0.77	0.001**
2-6 障害のある人はスポーツ・運動をするのが苦手である	2.76	0.76	2.67	0.74	0.245
2-7 障害のある人の中にはスポーツ・運動に挑戦する人が多い	3.61	0.89	3.61	0.84	0.921
2-8 障害のある人がスポーツ・運動をする目的はリハビリである	3.20	0.87	3.10	0.82	0.278
2-9 障害のある人がスポーツ・運動をする場合、障害のない人のサポートが必要となる	3.55	0.94	3.65	0.82	0.257
2-10 ルールや用具を工夫すれば、障害のある人はスポーツ・運動を楽しむことができる	4.59	0.69	4.66	0.54	0.401

N=129    \*\* : p<.01    \* : p<.05

スポーツについての知識や経験は少なかったことがわかる。

2) 障害のある人のスポーツ・運動に対するイメージの変化

表3は「障害のある人のスポーツ・運動に対するイメージ」についての受講前後の結果である。

「障害のある人はスポーツ・運動をすることが好きである」、「障害のある人がスポーツ・運動をするのは危険である」という2つの項目において、それぞれ有意な差が認められた。

まず「好きである」という項目については、障害のある人が生き生きとスポーツに取り組む姿を映像で見たことが、障害者スポーツに対する知識・経験の少なかった学生の認識の変化に影響を与えたものと考えられる。

「障害のある人がスポーツ・運動をするのは危険である」という項目については、受講後に危険だと考える学生が増えた。これは普段視覚に頼って生活している学生が、視覚障害疑似体験において視覚を制限することによって感じた不安や恐怖が影響したものと考えられる。障害に対する誤解がないように授業の内容・方法をさらに工夫していかななくてはならない。

なお、受講後の自由記述では、「障害があってもルールや用具を工夫すればスポーツができる」といった内容の回答が多く見られた。

(3) 障害のある人に対するイメージの変化

表4は「障害のある人に対するイメージ」についての受講前後の結果である。「つらい思いをして生活している」、「街に出る時に苦勞をして

表4 障害のある人に対するイメージ

項 目	受講前		受講後		有意確率
	平均値	SD	平均値	SD	
3-1 障害のある人はつらい思いをして生活をしている	3.53	0.82	3.23	0.94	0.000**
3-2 障害のある人は街に出る時に苦勞をしている	3.92	0.68	3.76	0.79	0.023*
3-3 障害のある人は頑張っている	4.12	0.83	3.96	0.91	0.049*
3-4 障害のある人は暗い人が多い	2.35	0.86	2.27	0.88	0.217
3-5 障害のある人の中には特殊な能力を持った人がいる	3.60	0.98	3.59	1.03	0.853
3-6 障害のある人は通常の学校ではなく特別支援学校で勉強するのが良い	2.88	0.82	2.87	0.87	0.826
3-7 障害のある人が一般の大学で勉強するのは難しい	2.78	0.92	2.77	0.96	0.853
3-8 障害のある人が就職するのは難しい	3.20	0.99	3.02	1.04	0.030*
3-9 障害のある人は自立して生活するのは難しい	3.18	0.86	3.16	0.93	0.789
3-10 障害のある人と話するのは気を遣う	3.01	0.91	2.90	1.05	0.202
3-11 障害のある人となない人では、なんら変わらない	3.01	0.96	3.02	1.03	0.930

N=129    \*\*: p<.01    \*: p<.05

いる」、「頑張っている」、「就職するのが難しい」の項目において、有意差が認められた。授業を受講することで、これらの4項目に否定的な変化が見られた。

授業では具体的な障害のある人の生活については触れていない。しかしながら、スポーツの映像を視聴したこと、視覚障害疑似体験において、視覚以外の感覚を活用できることを認識したことによって、障害のある人が自分たちとかけ離れた存在ではないと考えるようになったのかもしれない。5回の授業でこのような変化が起こったことは、さらに授業回数を増やしたり、当事者と接したり、障害のある人をより具体的に知ることのできる内容にすることによって、障害者に対する認識がより実態に近づくことが期待できる。しかしながら、受講後の自由記述は、少数ではあったが、障害による不自由さが強く印象に残ってしまったり、障害を他人事ととらえるような内容が見られた。授業内容をさ

らに吟味し、改善していく必要がある。

## 5. ま と め

日本大学歯学部での「アダプテッド・スポーツ」についての授業の意図は、学生にはおおむね伝わっているものと考えられる。受講後の自由記述も肯定的な感想がほとんどであった。しかしながら、視覚障害等の疑似体験において、不安感や恐怖を冗長するようなことはあってはならず、安全な環境で安心してできる疑似体験の工夫が必要となる。また、アダプテッド・スポーツの導入として体験しやすい課題の設定なども検討して、限られた時間数の中で効果の高いプログラムを作っていく必要があると考えている。また、説明の時間が長くなりがちであるため、運動時間の確保も併せて考慮していかなくてはならない。なお、「生涯スポーツ」では、平成22年度の調査以降、試行錯誤をしながら授業内容を少しずつ改善している。今後も学生の声

に耳を傾けつつ、より良い授業内容にしていきたい。

#### 注

国枝慎吾選手は2012年9月に開催されたロンドンパラリンピックで車いすテニス男子シングルス

で北京に続き二連覇を果たした。

#### 文 献

- 1) 矢部京之助, 草野勝彦, 中田英雄 (2004) アダプトッド・スポーツの科学～障害者・高齢者のスポーツ実践のための理論～. 市村出版, 東京, p3