

## 視覚および聴覚障害学生のラート運動

筑波技術短期大学視覚部一般教育等<sup>1)</sup> 同聴覚部一般教育等<sup>2)</sup>

香田泰子<sup>1)</sup> 天野和彦<sup>1)</sup> 及川 力<sup>2)</sup>

**要旨:**「ラート」とはドイツ発祥のスポーツで、直径約2mの鉄製の輪の中に入って回転する運動器具である。空中回転や宇宙遊泳のような感覚を体験できる。感覚障害をもつ人でも実施できるので、本学では体育の授業にラート運動を取り入れている。ラート運動の効果を期待するとともに、新しいスポーツとして普段経験できない感覚を味わい、運動体験の幅を広げることも目的としている。障害者を対象とした指導の難しさは、視覚障害者の場合は説明だけではどのような運動かを理解しづらいので、詳細な説明と細かい段階を踏んだ指導が必要であり、聴覚障害者の場合は回転中に指導者の声が聞こえないので、運動中に失敗の原因を理解できないことがあげられる。授業の終了時にラート運動の感想をアンケート調査したところ、両学生ともに約5割以上が好印象を持っていた。視覚や聴覚に障害があっても、ラート運動を健常者と同様に楽しめると考えられる。

**キーワード:** ラート 視覚障害学生 聴覚障害学生

### 1. はじめに

「ラート」とはドイツ発祥のスポーツで、直径約2mの鉄製の輪の中に入って回転する運動器具である(写真1、2)。鉄の2つの輪が6本のバーでつながれており、うち2本は足をのせるステップ、2本は手で掴むグリップで、ラートごと回転することによって、空中回転や宇宙遊泳のような感覚を体験できる。高度な技術を習得して演技するだけでなく、ドイツ等では障害者のスポーツとしても実施されている。筋力でラートを制御するというよりも、身体の平衡感覚、位置感覚、重力などを利用して輪を回転させるもので、運動の効果としては、体幹(腹筋や背筋、腰部の筋肉)の筋肉を緊張させて強化することによる姿勢づくりや、運動不足の解消、シェイプアップ効果が期待されている[1、2]。

ラート運動は感覚障害をもつ人でも実施できるので、本学では体育の授業で年間に4時間、視覚および聴覚障害学生がラート運動を行っている。この運動の効果を期待するとともに、新しいスポーツとして普段経験できない感覚を味わい、運動体験の幅を広げることも目的としている。

本論では、本学での授業の概要や学生の感想などを報告する。

### 2. ラートの授業概要

#### 2.1 授業の進め方

視覚障害学生が在籍する視覚部では1、2年次に4時間ずつ、聴覚障害学生が在籍する聴覚部では2年次に4時間実施している。

- ・初年度の内容: 側転、後転、前転を連続的にできることを目的とする。

1時間目: 導入(ラートの説明、歩行、回転の基礎と側転の練習、回転以外の遊び)

2・3時間目: 側転、後転、前転の練習(さらに高度な技が可能な学生は他の回転方法も練習)

4時間目: 演技会(あらかじめ設定している規定課題を実施しビデオ撮影および鑑賞)

- ・2年目の内容(視覚部のみ): 直転5級(ラート協会制定)の技能を修得することを目的とする。

1時間目: 前年度の復習

2・3時間目: 直転5級の技能の練習

4時間目: 演技会(規定課題を実施しビデオ撮影および鑑賞)

原則としてこのカリキュラムで行っているが、学習を進めるにつれて技能の習熟に個人差が出てくるため、各時間の目標や最終目標は、個人によって異なる場合もある。

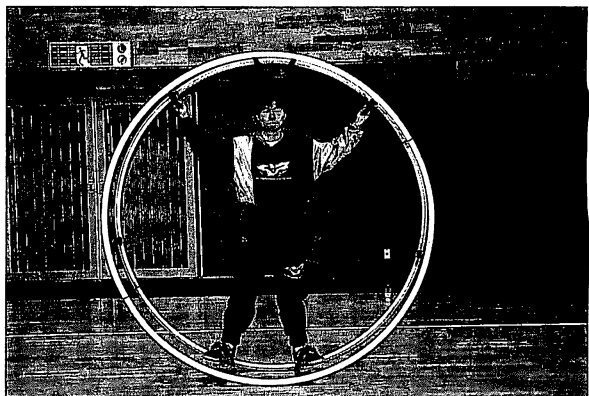


写真1 ラート

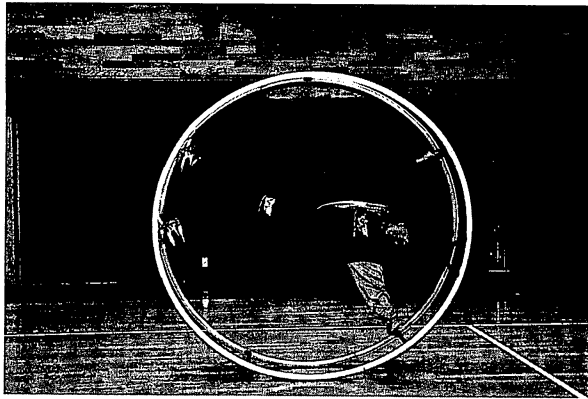


写真2 ラート (回転中)

## 2. 2 障害をもつ学生に対する指導上の配慮や難しさについて

ラートは視覚・聴覚情報が無くても実施できるため、運動を正確に説明し補助者がつけば、健常者と同じ運動をすることができる。しかし障害をもつ学生に対しては、健常者に指導する場合よりも配慮が必要であり、また指導上の難しさもある。以下に、我々がこれまで指導してきた重要と感じている事項をあげる。

両障害者に共通する注意点では、まず安全に行えるように注意をする必要がある。そのため、環境面では安全で広いスペースの確保と、指導者が常に注意を怠らないことが重要であり、また学生にも注意点や危険性を授業の当初に確実に理解させることも大切である。

障害別にみた指導や実施上の難しさは、視覚障害学生においては、運動全体のイメージを掴むことが難しいため、より詳細な説明ときめ細かいステップを経た指導が必要となる。これは特に全盲学生にとって重要である。また、グリップの位置が見えなくてわかりにくい学生においては、連続技での手の持ち替えが慣れるまでやりにくい場合が多い。一方聴覚障害学生の場合は、回転中に周囲からのアドバイスが聞こえないので、特に技に失敗したときに運動中の修正が難しく、回転後にその原因をよく説明し理解させることが重要となる。

## 3. 学生の感想や意見

ラートについての学生の感想等を知るために、授業で4時間実施した後に、アンケート調査を実施した。

対象は視覚障害学生が115名(平成9年度～12年度、弱視100名、全盲15名)、聴覚障害学生が15名(平成10年度～11年度)である。自由記述以外の質問内容と結果を表1に示す。

### 3. 1 ラート運動の感想

ラート運動の好き嫌いを大好き～大嫌いまでの5段階で調査したところ、視覚障害学生では弱視、全盲ともに大好き、好きが約半数、聴覚障害学生では約6割が大好き、好きと答え、好印象をもっている学生が半数を超えていた。

また、今後のラート運動について聞いたところ、もっと高度な技をやってみたい、もっと続けたい、が視覚障害者で45%、聴覚障害者で57%で、継続してやりたい学生が約半数であった。

また自由記述で感想をきいたところ、両学生ともに同じような答えが得られ、

- ・楽しい、おもしろい (40人)
- ・初めての感覚を味わい、良い経験になった (20人)
- ・バランスや重心移動の勉強になった (10人)
- ・技ができるようになる達成感や自信を味わえる (8人)
- ・他の運動より簡単に気軽にできる (6人)
- ・他の運動より難しい (8人)
- ・おもしろくない、球技の方が良い (5人)
- ・疲れる (3人)
- ・気分が悪くなる (2人)

といった肯定的な感想があげられており、一方、

というような否定的な感想もあった。

### 3. 2 学生自身が感じた障害によるラートの難しさや工夫の必要性

自由記述で、障害者がラートをやる上での困難点や工夫の必要性をきいたところ、特に無しという意見がほとんどだったが、あげられた意見は以下のようなものであった。

両障害者共通のものでは、

- ・安全に配慮する必要がある(視覚障害の場合：広いスペースで補助者をつけること、聴覚障害の場合：危険なときの知らせ方に光を使うなどの工夫があったほうがよい)

また、障害別では、視覚障害者の場合は、

- ・グリップをもちかえるときに位置がわかりにくい
- ・回転中に姿勢や方法に対する細かい指示が必要

聴覚障害者の場合は、

- ・回転中に指導が聞こえない

という意見があり、指導者が考えていることと同様の内容を学生自身も感じていることがわかった。

表1 ラート運動の感想

Q1. ラート運動は好きですか？

	視覚障害学生	聴覚障害学生
大好き	18人 (15.7%)	4人 (26.7%)
好き	40人 (34.8%)	6人 (40.0%)
普通	40人 (34.8%)	5人 (33.3%)
嫌い	10人 (8.7%)	0人 (0%)
大嫌い	7人 (6.1%)	0人 (0%)

Q2. 今後のラート運動についてどう思いますか？

	視覚障害学生	聴覚障害学生
もっと高度な技をやってみたい	29人 (24.6%)	3人 (21.4%)
もっと続けたい	25人 (21.2%)	5人 (35.7%)
授業ならよい	47人 (39.8%)	6人 (42.9%)
なるべくならやりたくない	12人 (10.2%)	0人 (0%)
二度とやりたくない	5人 (4.2%)	0人 (0%)

#### 4. まとめ

ラート運動は障害の有無に関わらず実施でき、非日常的感觉を体験できるものである。また、先行研究では、先天盲学生が晴眼者よりもラートの回転中の身体支配能力が高いことが報告されており[3]、視覚障害があっても晴眼者と同様にラートを楽しめる可能性が明らかとなっている。

本論では、本学でのラート授業の概要や学生の感想について述べてきた。ラートは視力や聴力に関係なく健常者と同じことができ、また、授業では個人の能力や学習の習熟度に合わせて進めることができる。学生に対する調査から、学生自身も、障害があることによる配慮や難しさについて、指導者と同様の意識をもっていたことから、今後これらの点にさらに注意しながら授業を継続し、多くの学生にラートを体験してもらいたいと考えている。

ただ、学生が卒業後も継続していくことを考えた場合、日本ではまだ取り入れている施設が少なく、できる場所が限られていること、またラートについての知識をもった指導者や補助者が必要なこと、さらに、日本ではまだ競技人口が少ないこと等により、学外で活動を続けていく環境がなかなか整っていないのが現状である。これらは本学だけでは解決できないものでもあるので、今後関係機関とより密接な連携をとり、視覚、聴覚障害学生が授業でやるだけでなく、ラートを自身の生涯スポーツの一つとして発展させていってほしいと願っている。

#### 参考・引用文献

- [1] 日本ラート協会ホームページ(<http://www.rhonrad.jp>)
- [2] 長谷川聖修、香田泰子：視覚障害者とラート. 戸山サンライズ情報：8-10, 1997年1月号
- [3] 岩村研志、宮地力、他：先天盲の学生のラート運動. 日本体育学会第45回大会号：542, 1994

## Rad for Visually and Hearing Impaired Students

Yasuko KOHDA <sup>1)</sup>, Kazuhiko AMANO <sup>1)</sup>, and Chikara OIKAWA <sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> General Education Department of the Division for the Visually Impaired, Tsukuba College of Technology

<sup>2)</sup> General Education Department of the Division for the Hearing Impaired, Tsukuba College of Technology

**Abstract :** Using the rad is one of the sporting events which was born in Germany. The rad is made of iron rings and people rotate with it. Players can feel like they are performing an aerial rotation or a space walk. Sensory impaired people can play with the rad, so we have classes of rad in the Physical Education Program. We expect students to not only get the effectiveness of the rad, but also experience its unusual feeling. The difficulties of instruction for sensory impaired are as follows; 1) for visually impaired, we need more detailed explanation and must teach carefully, step by step, 2) for hearing impaired students, they can not understand the cause of their failure during their practice because they can not hear our suggestions during their play. After the classes we gave a questionnaire to the students regarding their impressions of the rad. More than 50 percent of the students are fond of this new sporting event. We think sensory impaired students can also enjoy the rad.

**Key Words :** Rad, Visually impaired students, Hearing impaired students.