

視覚障害児を対象とした
フリークライミング教室
その実践と効果

NPO法人モンキーマジック

小林幸一郎



I. 目的

視覚障害児・生徒を対象としたフリークライミング教室を実施した。

そこでは、従来の単発の体験会とは異なり、クライミング技術の習得・向上に加え、心理的成長を促す継続的な教室を実施した。海外での事例などを参考にした新たな実践について報告する。

フリークライミング教室の会場となった
明治大学和泉キャンパス
屋内クライミングウォール
(高さ 10.6m 幅 11.4m)

Ⅱ. 背景

1. フランスでの事例から

1990 年から、リヨン市内の学校にクライミングウォールが設置され「フリークライミング」が体育授業に導入され始めた。このリヨン政府による取り組みが評価され、その後、フランス全土の学校教育への導入が決定された。

現在、体育の授業では、小学校から高校の全ての学年を対象に年間 6~12 時間クライミングを実施することが国民教育省により定められている。年齢に応じて具体的な指導目標が設定されており、成長段階に応じた指導が行われていることである。



リヨン市内にあるヴィルヴァン盲学校でもクライミングウォールを利用した体育授業が行われている。

2. 国内でのこれまでの取り組み

国内唯一の本格的クライミングウォールを備えた神奈川県立平塚盲学校。しかし、その活用はほぼ部活動に限られている。

東京都では、2008 年度より盲学校の児童・生徒を対象に放課後や休日の余暇を充実する教育支援事業のひとつとしてフリークライミング体験会を実施した。しかし、体験会は単発であるため単なるスポーツ体験で終わってしまい、フリークライミングの特性を活かした系統だった指導ができないまま事業は終了している。

そこで、フリークライミングの特性を活かし「体力づくり」「あきらめないところづくり」「考えるくせづくり」を目的においた継続的な教室を提供した。この教室は、従来の単発型とは異なり全5回の連続的な教室であり、個人の能力に応じた長期的な目標を設定できるという新たな取り組みである。

Ⅲ. 手法

場 所： 明治大学和泉キャンパス内クライミングウォール

期 間： 隔週全 5 回

第 1 期(2010 年 6 月～8 月)

第 2 期(2010 年 10 月～12 月)

第 3 期(2011 年 4 月～6 月, 実施中)

時 間： 各クラス 3 時間(午前と午後の 2 部制で実施)

参 加 者： 小学 1 年生～中学 3 年生男女延べ 28 名

弱視・全盲・重複含む(各クラス募集は 5 名)

募集方法： 保護者が主体となった休日や放課後の支援活動団体との
共催企画として募集

- 実施内容：
- 1回目 命綱をつけて(トップロープ方式)によるクライミング
 - 2回目 「ボルダリング」で掴み方、足の使い方を習得
 - 3回目 自ら設定した目標達成を目指しクライミング
 - 4回目 「ボルダリング」で自分で工夫して登る
 - 5回目 今まで身につけたことを活用し、最後まであきらめず自己目標に取り組む

特徴的な指導方法：

「窓枠トラバース」…身体を使うイメージづくり。

「かに歩き」…ホールドを掴む工夫と、最後まであきらめない
身体面・精神面での持久力向上

「チームビレイ」…命を支える責任感と信頼関係構築の学びの場

「ボルダリング」…どのように登るか自ら考える機会の提供

「今日の通信簿」…自己目標に対する達成度を指導者が毎回、評価

「安全用具の自己装着」…ロープ・ハーネスの装着を自ら行う

IV. まとめ

以下のような保護者へのインタビュー結果の傾向からも、プログラムには心理的な変化が見られたことがわかる。これらの変化をより科学的に集計しその価値を可視化することが、この教室形式のフリーライミングの理解と普及のために、今後必要となる。

= = = = = = = = = = = = = = = = =

「努力を続けることは大切だと、身を持って覚えたと思います（小学5年男児・保護者）」

「頑張ればできることに気づき、日常でもチャレンジすることが多くなった。」「自分で目標を立て頑張った分だけ達成感があり、精神面でも強くなる。（小学3年女児・保護者）」

「反射神経、判断力、応用力、忍耐力を総合的に強化していけるスポーツなのではと私は感じます。今の子供たちにはそれらが少し欠けている場面が多い。（小学2年女児保護者・全盲）」

「窓枠トラバース」身近な窓枠を利用し、横移動の中でクライミングに必要な姿勢を体で覚える



「カニ歩き」手はホールドを掴み、足は床につけたまま幅 11m に及ぶウォールを全壁横に移動する。



「今日の通信簿」触れてわかるように、立体シールを用いた三段階評価で項目別にその日の取り組みを指導者が評価する。

	もうひと歩	できました	よく できました
1 元気にあいさつができました。			
2 カニ歩き、がんばりました。			
今日のクライミング			
3 今日の目標をがんばりました。			
4 おそろひずきにチャレンジしました。			
5 たくさん工夫してのぼりました。			
ホームワーク			
6 前回のホームワークががんばってきました。			
7 次回のホームワーク、しっかり聞いていました。			
みいな・こぼちゃん・たみいからの メッセージ☆		A面はからこいチャレンジだ！ B面までぞろぞろ！	
今日のホームワーク)		ローパー 3回 50 シムシム 10回	
保護者の方へ			
<small>お子さまとの、クライミングに関する会話の中でやり取りや、お子さまのクライミングに関する取り組み、変化など小さなことでも褒めたいので、できるだけ具体的に教えてください。</small>			



「チームビレイ」[左] 器具に触れ、どのような仕組みでクライマーの安全が確保されているのかを確認する。
 [中央] ビレイヤーとバックビレイヤーで2重の安全を確保している。指導者がさらに安全確認している。
 [右] ビレイヤー・バックビレイヤーとも視覚障害があるがロープの張り具合で上の状況を把握している。