

# 「ベブースイミングを中心とした乳幼児の水泳指導に関する研究」

蛭原ゼミ

1933028 猿田彩水

## 要旨

「泳ぐ」という行為はプールだけでなく、海や河川、溪流などの様々な場所で行うことができ、子どもから大人まで多くの世代が参加することができる。人は普段、基本的に陸上で生活しているため、必ずしも「泳ぐ」技術を身につける必要はない。プールや海で泳ぐ際は監視員などがいるため、危険な場面に陥る可能性は少ないかもしれないが、河川や溪流などでは一瞬で流されてしまう可能性もあるため、安全に楽しく泳ぎを行うために泳ぎのフォームや安全面をしっかりと理解しておく必要がある。一般的に、保育園や幼稚園などでプールの活動があることや、小学校では25mプールを用いて泳ぎの練習をするため、幼児の習い事として、水泳を習い始める子ども達も多い。しかし、ベブースイミングは開催されている場所や、時間が多くあるにも関わらず、幼児のスイミングスクールに比べると、参加率は低いように感じる。今後、ベブースイミングを広めるために、参加することで得られる情報の公開が必要であると考えます。

ベブースイミングはスキンシップがとれることから、泳ぐことだけにこだわらないアクアエクササイズとして考えられてきた。乳幼児期にベブースイミングに参加し、身体を動かすことによる快感を繰り返し経験することで、楽しいという基礎が養われると共に、水中での運動を行うことで陸上では絶対に経験することのできない無重力に近い状態を経験することができる。そして、赤ちゃんの生理的な発育発達だけでなく、心理的な面を含めた健全な発育発達を促すことができる。ベブースイミングは子どもの発育発達に大きな影響を与える可能性を秘めており、参加できる運動が少ない赤ちゃんにとっても、安全に参加できる運動であるといえる。これらの有効性を広く伝えることで、参加したいという意欲を沸き立たせることができるのではないかと考える。ベブースイミングに限らず、ベブースイミングの後に参加することのできる幼児クラスのスイミングにおいても、子どもが水泳の楽しさについて理解していれば保護者と離れたところで練習することができ、インストラクターの話聞いて練習に取り組むことができることによって上達が進めば、やる気が起きやすいのではないかと考えられる。

今後の課題として、ベブースイミングはスポーツクラブ等で行われることが多いため、水温、室温を適切に保つことができるようにすること、プールサイドの安全管理、ある程度インストラクターを固定する必要があると考えます。水温、室温は産後の母親や子どもの健全な発育発達のためになるべく参加するごとに同じ温度であると良いのではないかと考える。プールサイドの安全管理では子ども達が走ることや、プールなどに落ちることの無いよう、保護者はもちろん、インストラクターやプールの監視員、プール外から見ている保護者がしっかり子ども達の動きを見ておく必要があると考えます。