

國際視障專家鈴木重男來台視障體育專業講座計畫

一、依據：國立臺南大學視障教育與重建中心年度計畫辦理。

二、目的

1. 了解日本及東亞的視障體育與休閒娛樂之發展與趨勢
2. 促進與建置國與國之間的交流與互動模式。

三、主辦單位：教育部

四、承辦單位：國立臺南大學視障教育與重建中心

協辦單位：臺灣適應體育運動與健康學會、臺北市立啟明學校、臺中市立啟明學校

五、研習時間：北區 108 年 1 月 18 日（星期五）下午 1 時 30 分至 4 時 40 分

中區 108 年 1 月 16 日（星期三）下午 1 時 30 分至 4 時 40 分

南區 108 年 1 月 17 日（星期四）下午 1 時 30 分至 4 時 40 分

六、研習地點：北區 臺北市立啟明學校

中區 臺中市立啟明學校

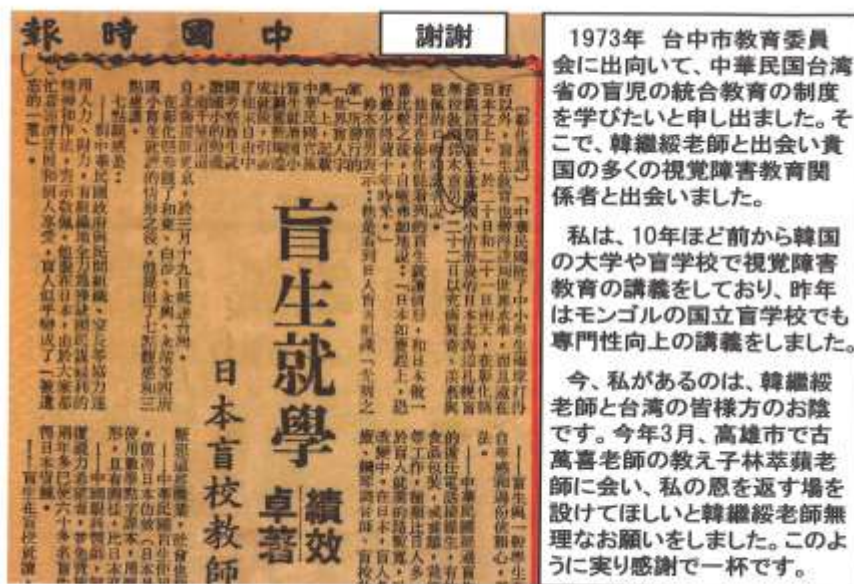
南區 國立臺南大學啟明苑 204 室

七、講者資料介紹—鈴木重男

社会福祉法人明日佳顧問 / 社会福祉法人長沼陽風会顧問 /

小野寺眞悟障がい者スポーツ振興会事務局長

講者相關新聞報導：



八、參加對象（**南區名額 30 人**，北、中區依照台北啟明學校及台中啟明學校報名簡章為主）
各大學特教研究生、全台各視障教育教師、特教教師、視障服務人員（含民間團體與家長代表）與家長

九、研習課程：如附件一

十、報名方式（**僅報名南區**）

（一）請至全國特殊教育資訊網報名【進入網站(<http://special.moe.gov.tw/study.php>)後點選**大專特教研習** → 按照**研習日期**尋找 → 報名】。

（二）報名時有關**個人資料表上之每一欄位**，請務必填寫，俾利於資格審查，資格符合者依先後順序錄取至額滿為止。

（三）請於報名截止日：1 月 10 日（星期四）後次日下午自行至本網查閱錄取與否，恕不另行通知。

（四）全程參加者給予 3 小時研習時數。

（五）聯絡電話：視障教育與重建中心 陳可華小姐，電話 06-2138354，傳真：06-2137944。

十一、經費

（一）本次經費由「107 年視覺障礙師資培訓與相關工作計畫」項下支出。

（二）參加人員之差旅費由原服務單位支應。

（三）活動期間之住宿及交通請自理，本中心供應午餐，請自備環保杯及環保筷。

（四）校內停車位有限，無法開放參加人員將車停放校園，造成不便，請多見諒。

十二、本計畫經中心內部會議核定後實施，修正時亦同。

國際視障專家鈴木重男來台視障體育專業講座

課程表

1 月 16~18 日（星期三~五）		
時 間	主 題 / 主 講 者	主 持 人
13：30-13：40	報 到	1/18-台北市立啟明學校 1/16-台中市立啟明學校 1/17-國立臺南大學
13：40-13：50	開幕式	韓執秘繼綏 （前教育部特教小組） 北區：蔡校長明蒼 （臺北市立啟明學校） 中區：廖校長連喜 （臺中市立啟明學校） 南區：林主任慶仁 （國立臺南大學視障教育 與重建中心）
13：50-15：20	盲生體育的教材教法 鈴木重男 譯者/賴芝螢老師	韓執秘繼綏 （前教育部特教小組）
15：20-15：40	休息時間 / 討論	
15：40-16：40	視障生休閒運動議題及未來發展 鈴木重男 譯者/賴芝螢老師	林主任慶仁 （國立臺南大學視障教育與重 建中心）
16：40	賦 歸	

**論視障者體育
～北海道之教育活動實例～
- 感謝台灣2-
視障童の體育・スポーツの考察
～北海道の教育活動例～
-台灣へのお礼2-**

社会福祉法人明日佳顧問
社会福祉法人長沼陽風会顧問
公益財団法人小野寺眞悟障がい者スポーツ振興会事務局長
公益財団法人北海道サッカー協会会長
鈴木重男 (韓繼綏老師的日本的弟子)

1

札幌 日本火腿的王柏融選手



2

北海道札幌 日本火腿的王柏融選手



3

目次 目錄

- 1 視障孩童的體育運動
 - 1 視障兒の體育・スポーツ
 - 2 視障孩童為什麼會運動?
 - 2 視障兒は、何故、運動できるか
 - 3 視障孩童廣泛的體育實例
 - 3 視障兒のInclusive體育・スポーツの具体例
 - 4 視障生休閒運動議題及未來發展
 - 4 視障兒の運動課題と未来への発展

4

體育與運動的意義 1 視障孩童的體育
体育・スポーツの意義

由於體育・運動是和其他參賽者一起比賽的活動，可感受到勝利的喜悅、失敗的懊悔、努力向上等等之類的感受。在拓展人際關係、參與社會之培養或孩童本身展現自己努力的成果，還有在強健身心的部分也是寄與很大期望的教學活動。

体育・スポーツは、他の競技者と競い合うことで感受される、勝つ喜び、負ける悔しさ、向上するための努力など、人間関係を広げ、深める社会性の育成への寄与や、児童生徒個々の自己叱咤による努力することで心身の強靱さの育成にも寄与する大切な教育活動である。

5

學校對視障者的要求是什麼？ 1 視障孩童的體育
盲学校に求められることは？

特殊學校的體育課，負責體育課的老師，是被要求針對視障孩童可以參與的體育活動、運動要大量的研發，並有創意的創新。

視障学校の体育では、担当する教師に、視障児が参加することができる体育活動・スポーツを数多く開発・工夫等することが特に求められる。

6

殘奧會 全員閉眼
目標球
盲人足球
パラリンピック
ゴールボール
ブラインドサッカー

殘奧會 保有視力
柔道

7

殘奧會 全員閉眼
目標球 現在在日本



8

視障童體育活動的觀點是什麼？ 視障児体育活動の視点は？

1972年(民國61年) 我在日本ライトハウス(日本光明之家) 參加「感覺機能提昇の研習會」大約有一個月的時間, 當時我和同年齡全盲的住宿生, 日比野先生(現任日本ライトハウス理事), 比賽一對一的桌球, 結果輸了。這件事讓我開始思考視障學校的體育課, 什麼是可以讓全盲孩童體會贏了眼明孩童的喜悅之體育活動

1972年、私は日本ライトハウスでの「感覺機能向上にかかる研修会」で、約1ヶ月間、研修しました。當時、私と同年で同所に訓練生として入所していた全視障の日比野清(現在、同法人理事)に普通卓球の試合をして負けました。これが、私の視障学校体育を考える視点です。
全視障児が普通児に勝つ喜びを知るための体育活動です。

9

1 視障孩童的體育



日比野 清 先生
前陣速攻

是聽自己的回球, 打在鈴木的球拍和回到球桌的聲音, 立即做回球的動作。

鈴木のラケットに当たる球と卓球台に当たる球の音を聞いて、即座に反応

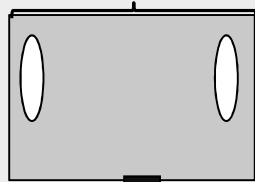
鈴木使用沒有貼塑膠墊的球拍, 在殺球或回球時, 球拍和球會發出擦撞的聲音。

鈴木は、ラバーの張っていないラケットを使用。
サーブ時や返球時には、卓球のラケットと球がぶつかる音がするよう。

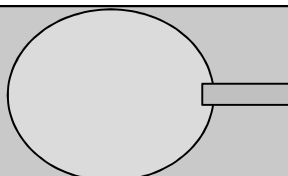
10

卓球の指導方法は？

ベニア板 40cm × 30cm

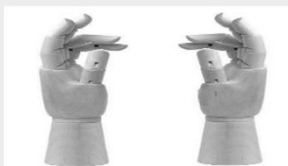


団扇のような大型ラケット

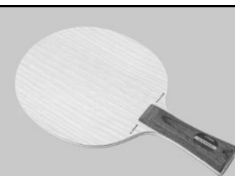


卓球的怎麼教？

3 視障孩童之廣泛的體育實例



ラバーを外した普通のラケット



11

乒乓球練習 兩名體育教師實習

12

卓球

Closed-skill連続

音刺激
鈴木打撃「kathu」
球卓球台「konn」

「konn」
日比野 球の
位置 同定
日比野「Smash」

2 為什麼視障孩童們可以運動？
2 視障児は、何故、運動できるか。

視覚障害児への体育指導

Closed-skill (閉じた技能): 基礎技術
Open-skill (開いた技能): 応用技術

13

閉鎖式技能 **2 為什麼視障孩子們可以運動**

- 運動感覺的反射動作, 是在已被固定的環境內, 會自然而然使用肢體做動作, 但能預知採取必要性容易出現的動作是最大的特徵
- 為了要有反覆動作, 基本的技能或者是習慣的技能要先建立學習
- 先在環境中獨立起來
- 身體意像的形成 以自己為中心的空間評量, 空間軸的形成, 身體移動的基本的習慣之形成是主要的重點

閉じた技能

- 運動感覺的フィードバック、固定された環境内での身体使用を含むが、必要とされた行動の予測が極めて持ちやすいのが特徴
- 反復行動によって、基本的技能又は習慣的技能を習得させていく
- 環境からは独立している
- 身体像の形成、自己を中心とした空間の評価、空間軸の形成、身体移動のための基本的習慣形成が主なテーマ

14

開放式技能 **2 為什麼視障孩童們可以**

- 在對未知的變動的環境之反應中, 什麼樣的反應強制而來的刺激中 要求 對變化產生的反應
- 身體各部位的協調力
- 體重, 力道, 重心的位置和運動感覺的協調
- 主體和外在事物之, 時間的, 空間的(距離的, 高度的, 方向的)關係的掌握

開いた技能

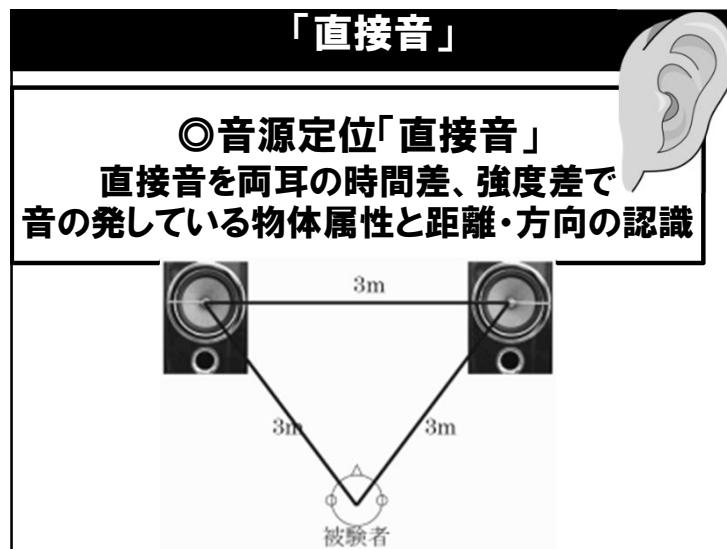
- 予測不可能な流動的な環境への対応で、何らかの反応を強制されてくる刺激の中で変化に応じた対応が求められる
- 身体各部の調整力
- 体重・パワー・重心の位置と運動感覚の協応
- 主体と外的事物との時間的・空間的(距離的・高度的・方向的)關係の把握

15

一個失明的孩子用耳朵看
盲児は、耳で見る

○直接音
○間接音 Echo location

16



17



18

公共空間における音環境のユニバーサルデザインに関する研究
2006年12月 船場 ひさお(フェリス学院大学)
～白杖歩行者の音の利用～

アンケート対象者 20歳～70歳 平均52歳
全員視力 0程度 男子53名 女子50名 計103名

質問事項	強くそう 思う	どちらか といえば そう思う	思わな い	その他
街頭の音は場所の目 印になる 直接音	70%	20%	7%	3%
周囲の人の出す音を 聞いている 直接音	57%	24%	15%	4%
杖の音で周囲に何が あるかイメージして いる 間接音	41%	30%	24%	5%

19

鈴木的做法 普通高等学校体育大会 足球

3 盲童的Inclusive體育的具體例

▲左は鈴木監督

20



21

視障孩童 體育教育的重要問題

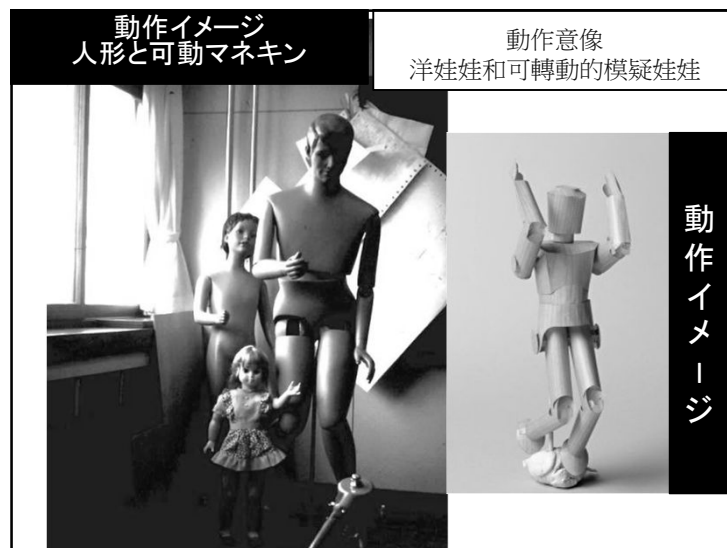
運動動作・形態(形狀)的指導

- a 用語言說明(邊說)
- b 直接接觸身體調整(邊做動作 站在身體的後方)
- c 讓視障孩童接觸指導者的身體
- d 讓視障孩童接觸模擬人形

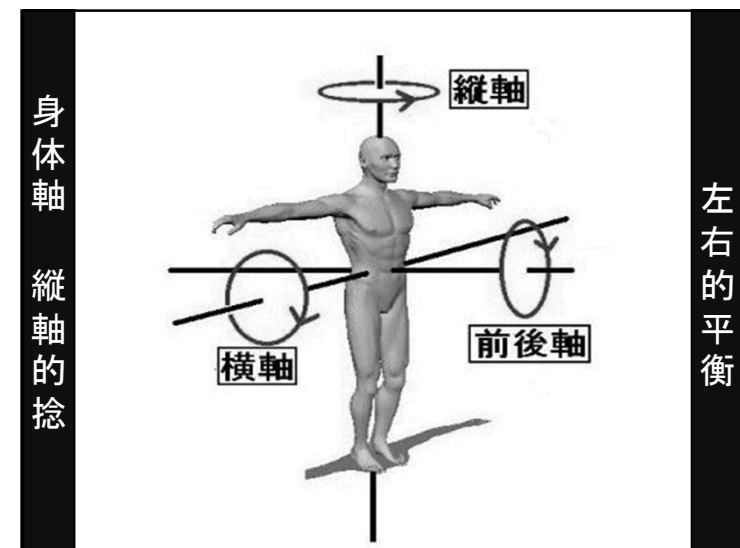
視障兒の体育・スポーツ活動において、もっとも重要なことは、運動動作・フォームの指導

- a 言語によって
- b 直接体に触れて修正(後ろから)
- c 指導者の体に触れさせて
- d モデル人形を触れさせて

22



23



24



25

視障孩童的100米賽跑 3 視障孩童的廣泛的體育實例

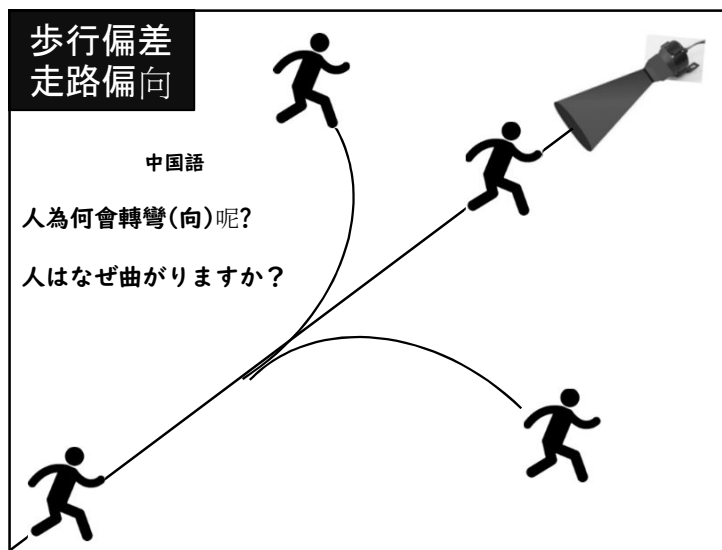
音源的使用 間歇的聲音 連續的聲音

視障孩童的100米賽跑
音源的使用 間歇的聲音 連續的聲音

將具有擴音器形狀的管,連接到具有
方向性的間斷聲音的定位器上
間歇聲音ロケターに 指向性をメガホン状の筒を取り付ける

100メートル走 視障孩童的跑100米
音源的使用 間歇聲音 續聲音使用聲源

26



27

視障孩童的長跑距離

- 日本視障者馬拉松協會的比賽規定中,陪跑員要使用規定的繩索,協助視障跑者長跑。
- 陪跑員要把2,3個鈴噹放在口袋, 在跑在視障跑者前面, 或是手肘輕觸視障跑者一起跑。(視障跑者的手肘,可自由擺動)。

b 長距離走

○日本視障人マラソン協會の競技規定では、伴走者は定められた形状のロープを使用して視覚障害者ランナーの伴走を行なう事になっている。

○介助者は、鈴を2、3個ポケットに入れ、前走するか、肘を軽く接触するようにして併走(生徒の腕は・自由に振らせる)する。

28

急行跳遠



- 有安裝聲源提示跳遠的方向
- 短跑助跳遠
- 在跳板之數步前,放置特殊的墊子做為提示
- 在跳板之數步前,放置一個在通過時會發出聲響的橫桿

c 走り幅跳び跳遠

跳ぶ方向に音源をセットして

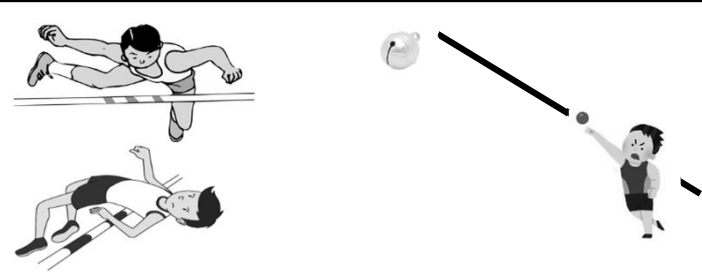
○短助走で踏み切らせる。

○踏み切の数歩前(決めておく)に、特色あるマットを敷く。

○踏み切りの数歩前に接点スイッチを持った横バーを置き、通過すると音刺激が出るようにする。

29

急行跳高



d 走り高跳び

短助走で行わせる。ベリーロールや背面跳びのように、バーのそばで踏み切る形がやりやすい。

e 砲丸投げ、円盤投げ

投げる方向に音源をセットする。さらに押し出す角度を指導するために、竹バー等の先に鈴をつけて指導する。

30

泳



「泳ぐ様目や選手個々のスピードによって、柄の長さや先端部分の大きさが異なる」と
二宮清純に説明する寺西コーチ

水泳

音源とコースロープを用いると一人で自由にこなせる。現在プールサイド数m前にあぶくを放射する装置を持ったプールも出てきているので、この場合クロールのフリップターンも指導しやすくなる。

31

韓国明震学校 跆拳道I



32

滑冰 輪滑

溜冰鞋

溜冰時,要運用前面溜冰者的溜冰刀的聲音,而輪式溜冰鞋也同樣要運用前者輪子和地面滑動的聲音。

輪式溜冰鞋



スケート(アイス、ローラー)

アイススケートでは、前走者等の蹴る靴の刃の音を活用する
ローラースケートも同様に前走者の靴のローラーと床面の音を活用する。

33

高山滑雪

高山滑雪

- ・ 站在視障孩童的前面,拉著他的滑雪屐,口頭指示滑行。
- ・ 從後面指示滑行
- ・ 和視障孩童平行在旁指示滑行
- ・ 站在視障孩童的前面,拿著提示音源來滑行



アルペンスキー

- 前をバックのブルークで滑り、指示する。
- 後ろから指示する。
- パラレルになって横で指示する。
- 前を音源をもって滑る。

34

越野滑雪

越野滑雪

可沿凹槽滑动。只是遇到陡峭下坡時,老師要和學生共同變成一個(內膝蓋,肩部粘在一起,內部滑雪板和鞋子也粘在一起,滑雪板在两者的外側)。



ガイドと共に走ります。

クロスカントリー・スキー

溝に沿って滑ることができる。ただし急な下り坂は、生徒と共同してブルーク(内側の膝、肩をくっつけ、内側のスキーと靴もくっつけて、両者の外側のスキーで行う)姿勢を形作る。

35

北海道高等盲学校³ 盲童的Inclusive體育的具體例

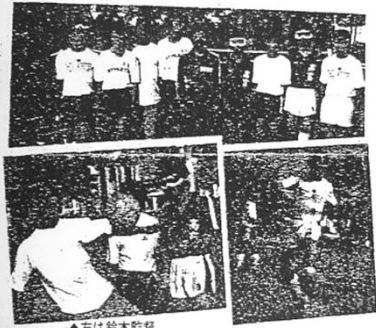


36

普通高等学校体育大会 足球

3 視障孩童廣泛的體育實例

明明
看不见なくても
サッカーはできる
高体連に加盟した
北海道高等盲学校



▲左は鈴木監督

高中體育大賽 足球
眼睛看不見也會踢足球,加入高中體育聯盟的北海道高中盲校

37

1983年 高等盲学校レスリング



ハンディ乗り越えて

錦織 俊二

38

決めた！国戦 フオール勝ち 視力0.03以下 道高等専門学校石本選手  レスリングがナイン!	捧角 決戦第一回 聖倒性勝力 視力0.03以下 北海道高中特殊学校の石本選手 晉級到最好的第八級
---	---

39

4 視障生休閒運動議題及未來發展
4 視障児の運動課題と未来への発展

40



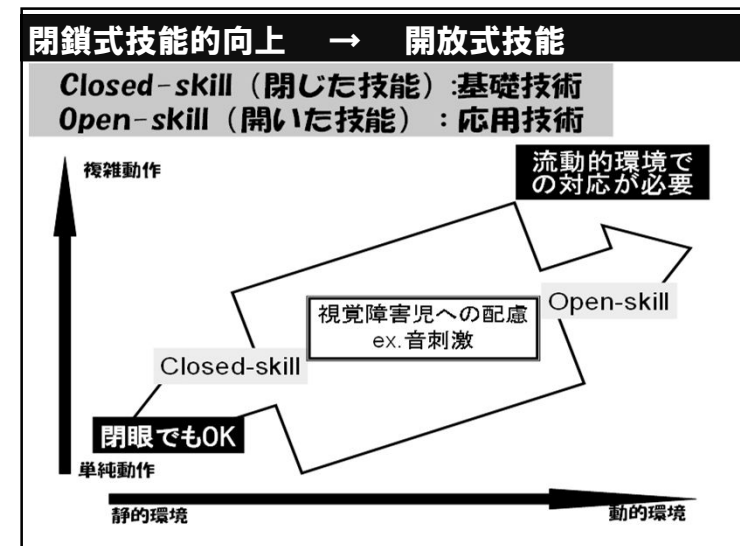
41

視障生休閒運動議題 教授體育規則 事例 足球 分析的指導	
ブラインドサッカーの成立 1 1 ルール理解 (競技内容とルール) 2 音源定位 (自分とボール、ゴールとの位置関係) (味方選手との位置関係) (相手選手との位置関係) 3 サッカー技術 (ドリブル、ローリング・パス、強いシュート) 4 反響音定位 (フェンスからの反響音による位置確認)	視障足球的(訓練)學習 1 認識規則(比賽內容和規則) 2 聲源定位(自己和球, 和球門的位置關係) 1 (和我方選手的位置關係) ((和對方選手的位置關係)) 3 踢足球技能(運球, 滾球, 停球, 強力射門) 4 反射音定向(由外圍傳回的回音來確認位置)
サッカーへの強い意志 = 練習	對足球的堅強的意志=練習

42

ブラインドサッカーの成立 2	
1 先天性・早期に失明した人 反響定位が優位、競技・プレイイメージの習得 2 中途失明した人 音源定位・反響音定位の習得 3 ロービジョンでブラインドする人 閉眼時の恐怖心の克服	視障足球的(訓練)學習 1 先天, 早期失明の人, 在反射音定向是非常優秀, 可看比賽的影像來學習 2 中途失明の人學習聲源定向, 反射音定向. 3 低視力視障者學習克服閉眼時的恐怖感 喜愛足球的心=喜悅
サッカーを愛する心 = よろこび	喜愛足球的心=喜悅
課題 ① ブラインドサッカーコートの整備(人工芝) ② 組織・指導者	課題 ① 視障足球場的完備(人工草皮) ② 組織/指導者

43



44

閉鎖式技能 2 為什麼視障孩子們可以運動

- 運動感覺的反射動作,是在已被固定的環境內,會自然而然使用肢體做動作,但能預知採取必要性容易出現的動作是最大的特徵
- 為了要有反覆動作,基本的技能或者是習慣的技能要先建立學習
- 先在環境中獨立起來
- 身體意像的形成 以自己為中心的空間評量,空間軸的形成,身體移動的基本的習慣之形成是主要的重點

閉じた技能

- 運動感覺的フィードバック、固定された環境内での身体使用を含むが、必要とされた行動の予測が極めて持ちやすいのが特徴
- 反復行動によって、基本的技能又は習慣的技能を習得させていく
- 環境からは独立している
- 身体像の形成、自己を中心とした空間の評価、空間軸の形成、身体移動のための基本的習慣形成が主なテーマ

45

開放式技能

- 在對未知的變動的環境之反應中,什麼樣的反應強制而來的刺激中 要求 對變化產生的反應
- 身體各部位的協調力
- 體重, 力道, 重心的位置和運動感覺的協調
- 主體和外事物之,時間的,空間的(距離的,高度的,方向的)關係的掌握

開いた技能

- 予測不可能な流動的な環境への対応で、何らかの反応を強制されてくる刺激の中で変化に応じた対応が求められる
- 身体各部の調整力
- 体重・パワー・重心の位置と運動感覚の協応
- 主体と外的事物との時間的・空間的(距離的・高度的・方向的)關係の把握

46

視障足球

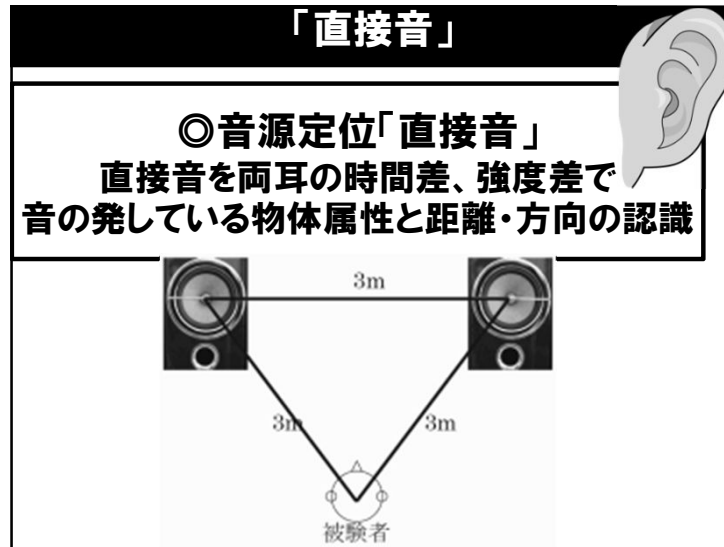


47

一個失明的孩子用耳朵看
盲兒は、耳で見る

- 直接音
- 間接音 Echo location

48



49



50