

第4回障害者スポーツ指導員協議会研修に参加して

今回の研修は、施設見学でした。
場所は東京大学柏Ⅱキャンパス(下記写真)です。



JR 柏駅に集合してそこからバスに揺られ 10 分。大学のキャンパスを想像していましたが、広〜いグラウンドにポツンとプレハブのような簡素な建物が一つ。(え〜〜ここ???)

小林寛道先生のご説明をうけ、実際に知的障害者がトレーニングしている部屋へ行ってみました。平気な顔をして機械を操作している子供たち、簡単に機械を操ってトレーニングしている選手、モクモクと体を動かしている選手、おかあさんと一緒に楽しそうにトレーニングしている選手とさまざまでした。

そんな選手の姿を見ていると、私にも簡単にできそう！と思い、いざ挑戦してみることに・・・



え〜〜っと・・・



手と足をどうやって動かしたらいいのかなぁ〜



足と腕がバラバラ〜
〜???



簡単そうに見える動きを意識する事は、非常に難しいことだと実感しました。

小林寛道先生に関する資料

http://www.k.u-tokyo.ac.jp/pros/person/kandou_kobayashi/kandou_kobayashi.htm