

第2章 - 水泳競技

スペシャルオリンピックスの水泳競技は、すべてスペシャルオリンピックス公式スポーツルールに従い実施する。国際的なスポーツプログラムとしてスペシャルオリンピックスは、国際水泳連盟（FINA）と国内水泳連盟の規則に基づいてスポーツルールを定めた。国際水泳連盟と国内水泳連盟の各規則は、SO スポーツルールと矛盾する場合を除いて適用される。矛盾する場合には、スペシャルオリンピックス公式スポーツルールを適用する。また、ダウン症のアスリートのうち環軸椎不安定性と診断された者は、バタフライへの参加、競泳スタート時の飛び込みをおこなってはならない。

セクション A - 公式種目

すべての SO 競技会の公式距離種目は、メートル法に基づいたプールでおこなわれる。地区競技会ではプールの長さに規定はないが、国際大会への選手選考の際にはメートル法のプールの公認記録が最優先される。

- 1 . 50m 自由形
- 2 . 100m 自由形
- 3 . 200m 自由形
- 4 . 400m 自由形
- 5 . 800m 自由形
- 6 . 1500m 自由形
- 7 . 50m 背泳ぎ
- 8 . 100m 背泳ぎ
- 9 . 200m 背泳ぎ
- 10 . 25m 平泳ぎ
- 11 . 50m 平泳ぎ
- 12 . 100m 平泳ぎ
- 13 . 200m 平泳ぎ
- 14 . 25m バタフライ
- 15 . 50m バタフライ
- 16 . 100m バタフライ
- 17 . 200m バタフライ
- 18 . 100m 個人メドレー
- 19 . 200m 個人メドレー
- 20 . 400m 個人メドレー
- 21 . 4x25m 自由形リレー
- 22 . 4x50m 自由形リレー
- 23 . 4x100m 自由形リレー

- 24. 4x200m 自由形リレー
- 25. 4x25m メドレーリレー
- 26. 4x50m メドレーリレー
- 27. 4x100m メドレーリレー
- 28. 4x25m ユニファイドスポーツ® 自由形リレー
- 29. 4x50m ユニファイドスポーツ® 自由形リレー
- 30. 4x100m ユニファイドスポーツ® 自由形リレー
- 31. 4x200m ユニファイドスポーツ® 自由形リレー
- 32. 4x25m ユニファイドスポーツ® メドレーリレー
- 33. 4x50m ユニファイドスポーツ® メドレーリレー
- 34. 4x100m ユニファイドスポーツ® メドレーリレー

以下の種目は、初級レベルのアスリートに有効な種目である。

- 35. 25m 自由形
- 36. 25m 背泳ぎ
- 37. 15m 水中歩行
- 38. 15m 浮き具使用競技 (p.6 セクション D.2.用具 参照)
- 39. 25m 浮き具使用競技 (p.6 セクション D.2.用具 参照)
- 40. 10m 自由形 (補助付き)
- 41. 15m 自由形 (補助なし)

セクション B- 競技役員

1. 監視員 (ライフガード) 資格

- a. 水上安全法 (有効なもの)
- b. CPR (心肺蘇生法) (有効なもの)
- c. 標準救急法 (有効なもの) あるいはそれに準ずる資格

上記の資格は、米国赤十字あるいは出身国の同様な機関で取得できる。監視員は監視をおこなっている最中に他の職務を並行しておこなってはならない。コーチが監視員としての訓練も受けている場合、コーチの仕事と監視員の仕事を同時におこなってはならない。必ずどちらか一方だけをおこなうこと。

2. ヘッドコーチ 資格

- a. ヘッドコーチは、SOIから公認されていることが望ましい。
- b. ヘッドコーチは、有効な CPR と標準救急法 (それに準ずるもの) の資格を持っているべきである。
- c. ヘッドコーチは、基礎レベルの救命資格を持っていることが望ましい。
- d. ヘッドコーチあるいはコーチが監視員を兼任する場合には、上記の資格を持っていないなければならない。

3. ヘッドコーチ/実行委員長の職務

SO 水泳競技のトレーニング/競技会では、ヘッドコーチ/実行委員長が全般的な職務をおこなう。

- a. SO のトレーニングや競技会に先立ち、全水泳競技役員を対象にした研修を実施する。
- b. 競技者が到着する前に、施設管理者とともに施設の調整をおこなう。
- c. 監視員が規定どおりに確保されていることを確認する。
- d. 後述の「セクション C：安全対策」に記載されている緊急措置の準備または確認をおこなう。
- e. 活動や競技会において毎回施設を点検し、以下の項目で最低基準が満たされていることを確認する。
 - 1) 安全設備
 - 2) 交通や人の流れの管理
 - 3) 水質管理
 - 4) 周囲の安全
 - 5) 特に海岸や湖を SO の活動や大会に用いる場合は、水泳競技委員長が細心の注意を払い、安全に関する事柄が守られていることを確認する。

注：ボート競技の活動に参加する者は、アスリート、コーチ、ボランティアなど全員、プールであっても湖や海であっても、ボートの上では常に定められた救命胴衣を身につけていなければならない。
- f. てんかん発作のある SO アスリートが誰であるか、監視員が前もって把握していることを確認する。
- g. 医学的理由で参加が制限される場合がある。：例えば、ダウン症で環軸椎不安定性と診断されたアスリートの場合には、バタフライ、個人メドレー競技への参加、スタート時の飛込みが制限される。大会参加の許可を出す前に、実行委員長はゼネラルルール（総則）の参加資格の規定に再度目を通すこと。

4. 競技会役員（審判長、計時員、審判員）は、各国の水泳連盟によって公認された者でなければならない。（初級レベル対象の競技会も含む。）

セクション C - 安全対策

SO 水泳競技のトレーニング、レクリエーション、競技会は、アスリート、コーチ、ボランティアすべての健康と安全が守れるよう、以下の方法、規則、手順に従っておこなわなければならない。

1. 基本ルール

- a. 水の中に入っている泳者 25 人につき、少なくとも 1 人の割合で資格を持った監視員が監視をしていなければならない。
- b. 監視員は監視だけを職務とする。監視員がプールサイドを離れなければならないと

き、交代の監視員がいなければ、たとえそれが短時間であっても全員をプールから上げなければならない。

- c . ヘッドコーチまたは実行委員長は、活動や大会をおこなう前に毎回、緊急時マニュアルに目を通す。国際水泳連盟または各国の水泳連盟のガイドラインに見合う人数のコーチがいなければならない。
- d . アスリートの病歴に関する資料は、活動や大会をおこなう場所に持っていく。また、その内容については、事前に当日担当の監視員または医療関係者と話し合っておく。
- e . プールの深さは、はっきりと見えるように書かれていなければならない。
- f . スタート台の上から飛び込みスタートをおこなう場合、プールの深さは最低 1.52m (5ft) とする。プールの深さが 1.22m (4ft) 以上あれば、スタート台を使わずにプールサイドから飛び込んでもよい。スプリングのついた飛板を使った飛び込みができるのは、水深が 2.74m (9ft) 以上ある場合に限られる。
- g . レクリエーション活動では、安全ロープを使って水の深さが浅い場所と深い場所の境界を示さなければならない。
- h . 施設点検で満足できる結果が出るまでは、施設を使用してはならず、いかなるアスリートも水に入ってはならない。
- i . 環軸椎不安定性と診断されたダウン症のアスリートは、バタフライ、飛び込みスタート、飛び込み競技をおこなってはならない。詳しい内容およびこの制限を免除されるための手続きについては、第 I 章、セクション L、7.f 参照のこと。

2 . 緊急時マニュアル

トレーニング、競技会、レクリエーションなどいかなる活動であっても、SO 参加者が水に入る前までに緊急時マニュアルを作っておく。このマニュアルの原文は、現場スタッフが作成、検討する。このマニュアルには、以下の項目を盛り込むこと。

- a . 医師・救急専門家・医療補助員が現場にいない場合に救急治療を受けるための手順。
- b . 監視員の配置と職務範囲
- c . 気象に関する情報の入手方法（特に活動が屋外でおこなわれる場合）
- d . 事故報告の手順
- e . 大きな事故が起きた場合の指揮系統（誰がマスコミに対応するかなど）
- f . 各国で定められているその他の要件

3 . 監視に関する規定

トレーニングプログラム、競技会、レクリエーションでは、常に十分な数の監視人がいなければならない。監視をおこなう人の要件は以下のように異なる。

- a . レクリエーション
 - ・ 泳者と監視員の比率が 25 対 1 となるように、資格を持った監視員（ライフガード）をつける。

- b. トレーニングプログラム
 - ・ 泳者と監視員の比率が 25 対 1 となるように、資格を持った監視員（ライフガード）をつける。
 - ・ 各アスリートへの監視とトレーニングが適切になされるよう、十分な人数のコーチ（SO 公認の者が望ましい）をつける。
- c. 競技会
 - ・ 泳者と監視員の比率が 25 対 1 となるように、資格を持った監視員（ライフガード）をつける。
 - ・ 発作を起こしやすい泳者に対しては、このような泳者 2 人につき 1 人の割合で監視する者（オブザーバー）をつける。
 - ・ 飛び込みでは、十分に監視できるよう、飛び込みをおこなう者 10 人につき 1 人の割合で監視する者（オブザーバー）をつける。

セクションD 一般ルール

競技会における技術面の規則は、国際水泳連盟（FINA）のルールブックに書かれている。各国 / アメリカの SO 組織は、各国の水泳連盟規則を代わりに用いてもよい。国際的な大会では、常に国際水泳連盟規則が適用される。以下に示すのは、これらの規則の例外となる項目である。

- 1. すべての大会に関して
 - a. 審判長は実行委員長と協力し、アスリートの健康と安全のために状況に応じて国際水泳連盟や各国の水泳連盟のルールを変更する権限を持つ。審判長は、規則が遵守されるよう、いずれの段階においても競技に介入する権限を持ち、また、競技中に起こった事柄に関するすべての抗議について裁定を下す。
 - b. 審判長は、現行の技術面の規則に関して、身体的障害にもとづいた修正、解釈をあたえる自由裁量を持つ。特別な解釈のための申請と裁定は、対象となるアスリートが決勝に出場する前におこなわれなければならない。また、その解釈は他の選手よりも優位にするものであってはならない。泳法に関して特別の解釈がなされるのは、手足の動きについてである。泳法審判員は、腕や脚がどのような動きをしているかを観察する。
 - c. 審判長は、競技役員に対し完全なる統括権と権限を持ち、その職務を承認し、SO 競技会に関する事柄や規則すべてに指示を与える。審判長は、SO 公式ルールブックと国際水泳連盟規則を完全に施行し、競技中に出てくる疑問を裁定し、規則に定めがない場合には最終決定を下す。
 - d. 自由形競技やメドレー競技の自由形で、プールの底に立っても失格とはならないが、歩いてはならない。
 - e. コース内でプールの底に立つことは、休息を目的とした場合に限り許される。プールの底に立った状態から、歩いたりジャンプしたりすると失格となる。

- f . 競技者がスタート位置についた状態を維持するために、アシスタントスターター（補助出発合図員）をおいてもよい。
- g . 競技者は、速力・浮力または持久力を助けるような器具（たとえば、アクアグローブ、パドル、フィンなど）を使用、着用してはならない。（ただし、浮き具使用競技を除く）ゴーグルは着用してもよい。
- h . 要請に応じて、競技者が水から上がる手助けをしてもよい。

2 . 用具

- a . 出発合図用の用具としては以下のものが含まれる：ホイッスル、電子音、ピストル。聴覚障害のあるアスリートは、出発合図員や定められた役員による手話合図でスタートしてよい。ストロボ光は、国際水泳連盟規則に従った方法であり、奨励される。
- b . コースロープ
- c . ストップウォッチ（計時システム） 1コースにつき少なくとも1個必要
- d . かべまでの距離を示すために、プールの各先端から背泳ぎ用フラッグを5mの位置に設置すること。
- e . 浮き具使用競技に使用する用具は、アスリート各自が用意する。浮き具に捕まることができないアスリートならば顔が水から出るようにするなど、用具は体に巻きつけるタイプでなければならない。（ビート板、浮き輪、腕につける浮き輪は、どのような場合も使用してはならない。）

3 . リレー競技

- a . リレー競技のチームは、4人の競技者で構成する。
- b . 各競技者は、全距離の4分の1を泳ぐ。1回のリレーで1人の選手が2人以上泳いではならない。
- c . リレーチームのメンバーは同じ選手団に属さなければならない。
- d . 男女混合のリレーチームは、男子リレーで競技する。
- e . リレーの競技者は、自分の担当距離を泳ぎ終わったら、速やかにプールから出なければならない。

4 . 水中歩行および浮き具使用競技 初級レベルのアスリートに有意義な競技である。浮き具使用競技および補助付き競技以外は、浮力のある器具を使用してはならない。

a . 準備

- 1) 競技中、監視する者(オブザーバー)が泳者2人につき少なくとも1人いなければならない。
- 2) フィニッシュ地点から競技距離を測り、スタートラインの印をつける。
- 3) 水中歩行競技では、プールの深さは1m(3.5ft)以下でなければならない。
- 4) すべての種目を公認の役員(審判長、計時員、審判員)が担当するのが望ましい。

b. ルール

- 1) 水中歩行競技では、競技中、アスリートの足の少なくとも片方がプールの底についていなければならない。
- 2) 浮き具使用競技以外は、競技中に浮力のある用具を使ってはならない。

5. 補助なし水泳 初級レベルのアスリートに有意義な競技である。

- a. アスリートは補助者なしで定められた距離を泳がなければならない。(コーチ、監視員、役員、観客は、競技者に激励や指示を与えても良いが、コースの外から行うこと)

6. 補助付き水泳 初級レベルのアスリートに有意義な競技である。

- a. アスリート各自が自分で補助してもらおうコーチやアシスタントを手配する。補助する者は、アスリートを触ったり、手引きしたり、誘導してもよいが、アスリートを前進させる手助けしてはならない。競技者は浮き具を用いることができる(セクション D 2 用具を参照)。補助はプールの中またはプールサイドからおこなう。

7. ユニファイドスポーツ

a. リレー

- 1) ユニファイドスポーツのリレーチームは、アスリート 2 名とパートナー 2 名で構成する。
- 2) ユニファイドスポーツのリレー競技では競技者はどのような順番で泳いでも良い。

< スペシャルオリンピックスのスポーツプログラムを実施するに当たっての留意点 >

スペシャルオリンピックスの正式なスポーツプログラムとして活動する場合には、事前に最寄りの地区組織事務局、又はスペシャルオリンピックス日本本部事務局にご連絡ください。