

入水能游(99)

陳保祿

香港游泳教師總會首席講師

2017年8月4日

視障人士擔任游泳教師？

你可有在漆黑中游泳的經驗？筆者曾多次海中「夜游」，若遇上明月高掛或有星光引路，可算別有一番的體驗，但四周昏暗而前路不清，海中浮沉的感覺總帶點憂戚。若然是遇上星沉月閉，四野黑暗迷糊，只知獨個兒沉溺在茫茫大海之中，孤身上路，惶恐惶恐，一點都不是味兒呢！後悔之餘倒有收獲，「夜游」可使我親身體驗到海難求生之難，使我體驗到經海路偷渡之苦，更能體驗到視障人士游泳所要面對的重重困難！

動作模仿是學習游泳的重要過程，而動作示範亦是教授游泳不可或缺的教學手段，動作失誤之糾正與優化更是游泳教學進階之重點，失明人士怎樣克服學習游泳之重重難關？視障人士又能否「游而優則教」開班授徒呢？只有好好解答上述問題才能定案呢！

視障人士成為出色泳手不容置疑，在大型之「特殊需要人士」游泳比賽中他們的泳技每每都能與「健能」泳手比美，他們之努力奮鬥與鍛練至為重要，而成功背後當然不容忽略其背後之支援團隊的顯赫角色。筆者在視障人士習泳課題上並不擔心「精英」之訓練，因為政府對培訓「精英」不乏資源。筆者更顧慮的是如何為眾多視障人士提供「普及」與「延續」的學習游泳的機會。有關「游而優則教」，讓視障人士接受「游泳教師證書」專業培訓卻成為筆者當下的一項鼎大的挑戰及嘗試。因為在新一期的「游泳教師證書課程」中，我們接納了一位嚴重視障的學員接受培訓，望能成為全港首位「視障游泳教師」，專責服務視障人士，以第一身之經驗教授失明人士習泳，深信更能獲得失視障者之信任，深信更能鼓勵他們投入游泳運動，在視障人士群體中把游泳運動「普及化」與「延續化」。

筆著所述的視障朋友是蔡偉健同學，他曾多次代表香港參加殘疾人士國際游泳比賽，屢獲殊榮為港增光。2010年更出席在中國廣州舉辦之第一屆亞洲殘疾人運動會游泳比賽，參與50米，100米，400米自由式及100米蛙泳比賽。他畢業於浸會大學體育系，現職於心光盲人學校，參與校內及「香港盲人體育總會泳班」之游泳助教工作，並已考取救生銅章。

蔡同學親自展述他參加游泳教師證書課程，希望成為一位專業游泳教師的原因與抱負：「我參加游泳教師證書課程的目的，是希望把游泳運動拓展給更多傷殘人士和身體有障礙的人士。本人天生患有視障，自從接觸游泳運動，對於本人身心發展都有巨大正面影響。游泳本身屬於低撞擊性運動與需要用上身體各部分的協調，對於身體有殘疾的人士的身體機能和身心健康發展相當適合。本人希望通過此課程學習到相關的游泳教學知識，與不同有經驗的游泳教師學習，希望透過自身的經歷，把這項運動推廣給更多身體有障礙的人士，從而幫助他們在身心上都能得到更健康的發展。」

我們並沒有因為蔡同學之特殊情況而降低入學要求，與其他考生可謂一視同仁，要過三關即口試，筆試及水試。當中之筆試是在專人監察下容許其使用他自携的電腦作答。他將與其他同學一齊參與理論及實習課，亦必須通過三小時之筆試及教授教學實習試，筆試及水試合格才可取得專業游泳教師資格。整個培訓過程殊不簡單，一般學員尚且感到艱巨而絕不輕鬆，對視障學員的挑戰必然更大。筆者身為首席講師以及我的講師團隊，更是肩負沉重的壓力，如何去成就香港首位「視障游泳教師」的誕生，將成為我們一項神聖的任務！

筆者為此而走訪由「香港盲人體育總會」主辦之泳班，親身體驗視障人事游泳之教與學實況。該泳班逢星期一早上在荔枝角游泳池舉行，他們只利用其室內泳池被列作授泳區之邊線上課，並沒有特別安排專區而與其他習泳者使用同一泳道，教學條件並不理想！幸好泳班由「香港傷殘人士體育協會」游泳總教練及「香港特殊需要人士游泳學院」院監張煥文先生親自主理，各同道更能互相遷就，但亦不能阻止其他泳客你來我往，視障學員之習泳安全真的要小心考量。該泳班之師生比例是一對一，還要義工陪同視障學員出入，人力資源需求甚大。筆者當天還接觸到兩位視障助教，他們都是張煥文老師的高徒，是香港視障人士中的出色泳手與香港代表，而筆者所指「演而優則導，泳而優則教」的視障人士便是他們了。當日還有「香港盲人體育總會」之幹事陪同打點一切，照顧一切，連入場的費用也由「香港盲人體育總會」支付，整個團隊服務視障人士之高尚情操實在令筆者大為感動，在此向他們致以最崇高之敬意！當日觀察所得，雖然授泳方法萬變不離其宗，由視力正常的教師教授視障人士學習游泳實有別於常規教法，由視障人士教授視障人士游泳更須有其獨特之法。無論在安全指引，泳式示範，教學練習與重點都要作出相應變化，篇幅所限，日後再作討論。

筆者身為「香港特殊需要人士游泳學院」院長，更是責無旁貸，將全力協助蔡同學完成其擔任專業游泳教師之宏願。更希望社會人士能鼎力支持有關之義務團體為特殊需要人士服務，好讓更多視障人士能享受游泳所帶來的福祉！