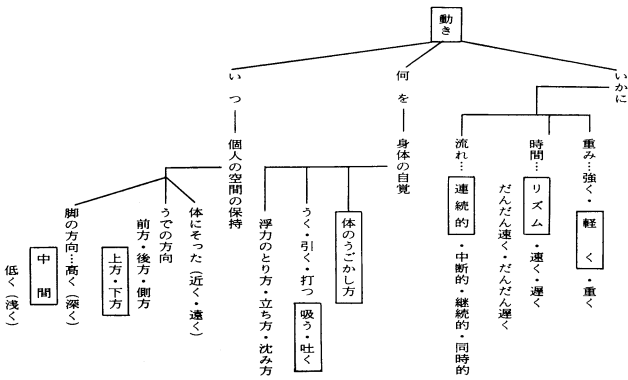


資料4 クロールの動きの分析



三、実践指導

(一) クロールの段階指導

クロールの動きを分析してみると、資料3のようになり、初期のクロール指導には特に、呼吸・脚・腕の運動のリズム化が必要である。初心者は、これらの運動を無意識的に同時に行ってしまう。  
○クロール泳法に必要な段階

- (1) はじめに入水の指導を徹底させることが基本である。
- (2) 体をうかし、進むことができたなら、ビート板、ポール等を用いて、ばた足を正確にさせること。

- (3) ばた足をする際、自分のプレスする肩に目じるしきのテープを張り、プレスする時にはそれを見させるようにする。
- (4) 腕・呼吸のタイミングを合わせる。この段階では、ばた足、面かぶり、呼吸法を指導する。
- (5) ポールを用いて呼吸法の指導をする。

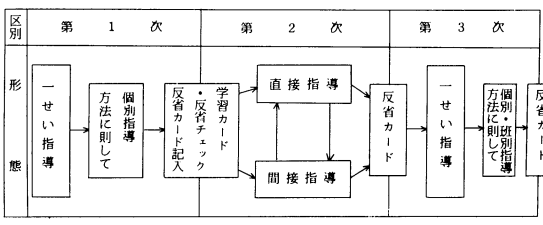
(二) 児童が意欲的に取り組める指導過程の研究

児童が意欲的に学習に取り組む過程の理論は、「学習指導新論」(高陵社版)を参考にし、クロールの指導過程をポール運動の調整力要素と結びつけて、資料5のような段階に位置づけ、フィードバックできる機能を考え指導した。そして、一時間ごとに児童の進歩を



ボールを使つてのバタ足

資料6 指導の流れ



資料5 指導課程への位置づけ

時間	期限	4 5 分			
		5分	15分	15分	5分
1	A	いっせい指導 ●ボールを使い5つの要素の指導 ●ビート板を使用 ●ヘルパー使用	●班別指導	●班別指導	●班別指導
	B	●準備運動の確認	●準備運動の確認	●準備運動の確認	●準備運動の確認
	C	●準備運動の確認	●準備運動の確認	●準備運動の確認	●準備運動の確認
2	A	●段階指導 直接指導	●段階指導 直接指導	●段階指導 直接指導	●段階指導 直接指導
	B	●段階指導 直接指導	●段階指導 直接指導	●段階指導 直接指導	●段階指導 直接指導
	C	●段階指導 直接指導	●段階指導 直接指導	●段階指導 直接指導	●段階指導 直接指導
3	A	●ボール運動の補強 いっせい指導	●ボール運動の補強 いっせい指導	●ボール運動の補強 いっせい指導	●ボール運動の補強 いっせい指導
	B	●ボール運動	●ボール運動	●ボール運動	●ボール運動
	C	●ボール運動	●ボール運動	●ボール運動	●ボール運動

確認し、一人一人が積極的に学習に取り組めるように工夫した。(資料6・7参照)

資料7 指導段階と調整力要素との関係

項目	ねらい	指導内容・順序	調整力要素番号
A (初心者指導の要素)	●初心者の心理的不安を取り除く ●浮く姿勢を自覚させる ●水中で目をあける姿勢をつくる	1. 入水指導(図解・トラペニアップの活用) 2. 水に慣れる練習 3. 「いき」をかく、走・水かけ・むかひ競争 4. 「い」をかく、走・水かけ・むかひ競争 5. 水に沈む練習 6. 水に沈む練習 7. 呼吸の練習 8. 水中を進む練習 9. 二人組で一つのボールでの練習	1・2・3 4
B (面かぶり)	●呼吸のしやすい姿勢をつくる ●面かぶり姿勢をねてきく	1. 「けのび」・バタ足の練習・ポール使用 2. グライドの伸び・数をかぞえ・面かぶり	1・2・3 4
C (呼吸法)	●どんな状態でも体をつくる ●呼吸のしやすい姿勢をつくる	1. ポールを使つてのバタ足・呼吸法の練習 2. ポールを手におかないでこぶ練習	1・2・3 4・5

○ 創造的な指導過程の概要  
第一段階 泳法における現在の自分のもつ保有能力について知る。  
第二段階 個人と集団の特徴を知る。  
第三段階 集団の中で適切な所属集団を発見し、がんばる技術を知る。  
第四段階 集団からはなれ、自己のペースで泳ぐ能力を身につける。

四、実践の結果  
次ページ資料8・9参照