

昭和63年度教職員研究論文の紹介

基礎的・基本的な技能をとらえ  
児童の泳力を伸ばす水泳指導

福島大学教育学部  
附属小学校 教諭 鶴巻 弘士

一、主題設定の理由

水泳は、児童が好む運動の一つである。しかし、泳げない児童にとっては、嫌いな運動になっている。嫌いな運動にさせてしまった原因の一つには、水遊び、浮く・泳ぐ、水泳へという指導段階における教師の指導のポイントの把握が不十分であったことが考えられる。二つには、低・中・高の各学年段階で身に付けておくべき技能の定着が不十分であったことが考えられる。

以上のことから、児童が泳げるようになるための基礎的・基本的な技能は何か、それらをどのように指導してい

けば、泳げない児童が泳げるようになり、泳げる児童はより一層泳力を伸ばすことができるのかを明らかにしたいと考え、本主題を設定した。

二、研究目標：略

三、研究の仮説

1、水泳の特性をとらえ、泳ぎの構造を分析すれば、「浮く・泳ぐ」ための基礎的・基本的な技能を明らかにすることができよう。

2、単元の指導計画を三段階に、指導過程を四段階に分けて指導を行っていけば、児童に泳ぐための基礎的・基本的な技能を身に付けさせることができ、一人一人の泳力も伸ばすことができるであろう。

3、水泳学習の仕方を身に付けさせ、基礎的・基本的な技能への到達の度合いや泳力の伸びを表にして提示していけば、進んで水泳に取り組もうとする学習意欲が高まってくるであろう。

四、研究内容・方法

1、計画：略

2、対象者

第三学年児童三十八名：男二十二名・女十六名

3、内容・方法

(1) 基礎的・基本的な技能について

ア、水泳の特性の把握

(ア) 一般的特性

(イ) 児童の側から見た特性

イ、基礎的・基本的な技能の分析

泳ぎの構造を「息継ぎの仕方」と

「簡単な動作から初歩的な泳ぎへと

発展していく過程」の二面から分析

する。

(2) 指導計画・指導過程について

ア、児童の実態調査……略

イ、単元の指導計画(資料3参照)

ウ、指導過程(資料4参照)

(3) 学習意欲を高める工夫

ア、水泳学習の仕方

学習の流れを「順序」と「活動・内容」とに分けて、カードにする。

イ、学習意欲を高める評価の工夫

(ア) 基礎的・基本的な技能への到達を知らせる評価

到達の度合いを「もう少し

」「よい」「とてもよ

い」の三段階で評価し、一覧

資料2 基礎的・基本的な技能の分析表

○…押さえるべき基礎・基本 ◇…練習課題 ◎…重要な基礎・基本

横軸		沈む・浮く・進むために必要な基礎的・基本的な技能を身に付ける段階		
縦軸		「沈む」	「浮く」	「進む」
ク	クロール系	<沈む> ◎目を開ける ◎静かにゆっくり ◎水中で息を吐く ◎忍法泡ふき ◎水中ジャンケン ◎カニ歩き ◎輪くくり ※「沈む」ことによって「浮く」感じが分かってくる。	<浮く> ◎プールの底を見る ◎息を止めてじっとして ◎体を丸めたり縮めたり ◎体を伸ばしたり ◎グルマ浮き ◎クラゲ浮き ◎大の字浮き ◎伏し浮き ※手と足を開きバランスを取りながら浮く ※あごを引いて伸びて浮く	<け伸び・立ち> ◎膝を曲げ足を壁に着ける ◎もぐって足で壁をける ◎水中でウルトラマン姿勢になる ◎両腕で耳をはさみ伸ばす(基本姿勢) ◎水中ロケット ◎け伸び競争(コースライン何本線まで) ※あごを引き両腕をまっすぐ前に伸ばして伏し浮き姿勢になる
ク	平泳ぎ系	同上	同上	※ 息継ぎの基礎・基本となるものは、この段階でも取り入れて練習させていく。
ク	背泳ぎ系	同上	同上	<背浮き> ◎肩までしゃがみ胸をややそらして後ろに倒れる ◎手は水を押さえるように ◎あごを少し出し真上を見えるように ◎へそを軽く出す姿勢で ◎背浮きはた足で泳ぐ イチ、ニイ、サン、パツのリズムで呼吸しながら ◎5m、10m、25m ※「浮き」と「ぼた足」と呼吸が「緒」に行われる