

## 第18回学校水泳研究会

鳴門教育大学 2018.6.2.

筑波大学 橋本 昇三

### <発表内容>

- ・新学習指導要領の解説  
「安全確保につながる運動(小学校)」  
「安全確保のための泳ぎ方(中学校)」
- ・具体的な泳ぎ方について
- ・今後の課題

### 新学習指導要領 保健体育科改訂のキーポイント

1. 「何ができるようになるか」(教育を目指す資質・能力)
2. 「何を学ぶか」(教科等を学ぶ意義と、教科等間・学校段階間のつながりを踏まえた教育課程の編成)
3. 「どのように学ぶか」(各教科等の指導計画の作成と実施、学習・指導の改善・充実)
4. 「子供一人一人の発達をどのように支援するか」(子供の発達を踏まえた指導)
5. 「何が身に付いたか」(学習評価の充実)
6. 「実施するために何が必要か」(学習指導要領等の理念を実現するために必要な方策)

### 保健体育科の目標

- ・知識、技能
  - ・思考力、判断、表現力等
  - ・学びに向かう力、人間性等
- (資料参照)

### 指導要領改訂に関する社会的背景

- ・ダイバーシティ(diversity)&inclusion  
(抱合／包括):  
多様性の社会(共生社会の推進・  
豊かなスポーツライフの実現)
- ・ICT (Information and  
communication technology):  
情報通信技術(タブレット等ツール)

### 学校体育水泳に関する改善の要点

- ・知識と技能の一体化
- ・多様性に基づく授業形態
- ・ICT利用の教材開発
- ・Active Learning:  
能動的学習(グループ・振り返り)
- ・思考、判断、表現を評価するための  
カテゴリー別

## 新学習指導要領解説

文部科学省では、平成 29 年3月 31 日に小学校学習指導要領・中学校学習指導要領の改訂を行った。新小学校学習指導要領(平成32年度)・新中学校学習指導要領(平成 33 年度)から全面的に実施することとし、平成 30 年度から一部を移行措置として先行して実施することとしている。

今回の改訂で小学校では、以下のような重要な安全教育が付記された。

小学校高学年で、「水泳運動は、『クロール』、『平泳ぎ』及び『**安全確保につながる運動**』で構成され、続けて長く泳いだり、泳ぐ距離や浮いている時間を伸ばしたり、記録を達成したりする楽しさや喜びを味わうことができる運動である。」(文部科学省HP:小学校学習指導要領解説体育編p135参照)。

小学校高学年での「**安全確保につながる運動**」は、その行い方を理解するとともに、背浮きや浮き沈みをしながら、タイミングよく呼吸をしたり、手や足を動かしたりして、続けて長く浮くことができるようにする。と示されている。そして、次のような[例示]で説明している。

[例示]

- ・ 10～20秒程度を目安にした背浮き
- ・ 3～5回程度を目安にした浮き沈み
- ・ 運動が苦手な児童への配慮としては、背浮きの姿勢での呼吸を続けることが苦手な児童には、浅い場所で踵を付けたまま背浮きになる姿勢の練習をしたり、補助具を胸に抱えたり、仲間に頭や腰を支えてもらったりして続けて浮く練習をしたりするなどの配慮をする。

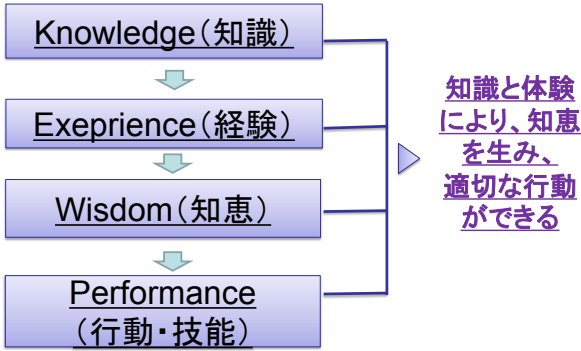
中学校では、小学校の内容を受けて、安全教育が付記された

「内容の取扱い」の中で、中学校では、小学校高学年の「**安全確保につながる運動**」を受けて、「**安全を確保するための泳ぎを加えて履修させることができること。**」と解説している。

### 水泳指導上の基本的な考え方

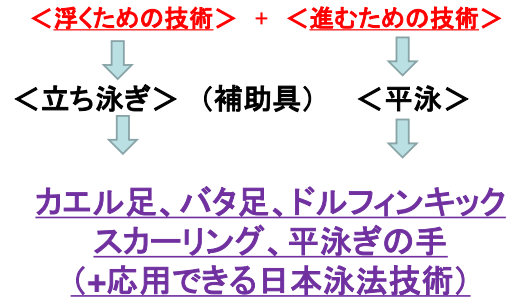
- ・ 水の物理的特性(水遊び・浮き沈み、空間的・感覚的感性)
- ・ 安全教育(水中で自己保全の知識・技能)
- ・ 競技としての水泳(ルール・マナー)
- ・ 生涯スポーツとしての水泳(自己に適した運動やスポーツの関わり方を見付ける。「する」、「見る」、「支える」)

知識と技能の関係から見る体系化



学校体育の中での安全教育への発展

「初歩的な泳ぎからつなげる安全確保の泳ぎ」



安全確保のための泳ぎ方

学校体育の水泳における、水中での安全確保のために必要な泳ぎとは、「①浮き身、②移動に必要な技術を身に付ける」ことである。

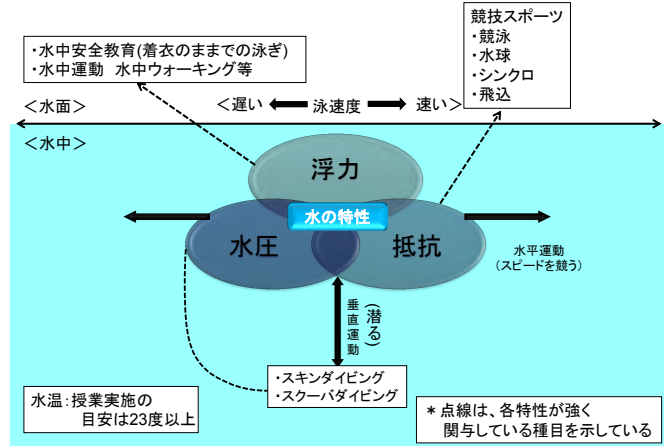
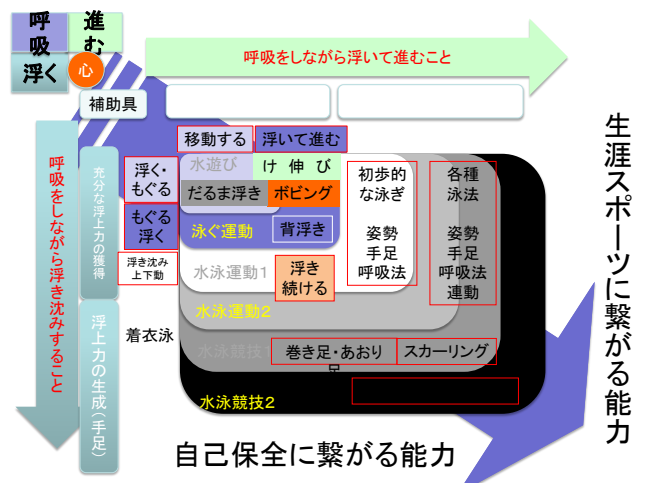
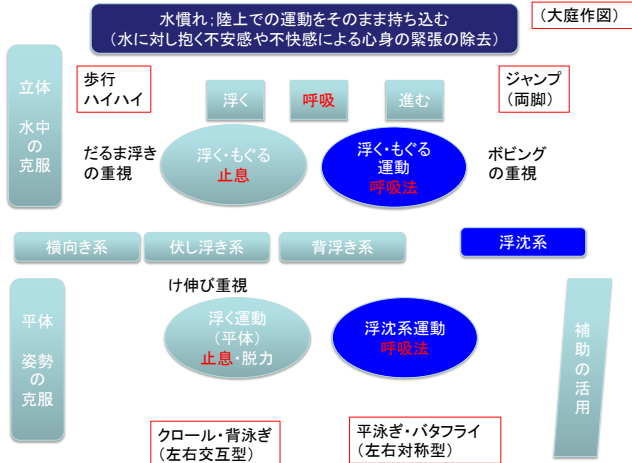
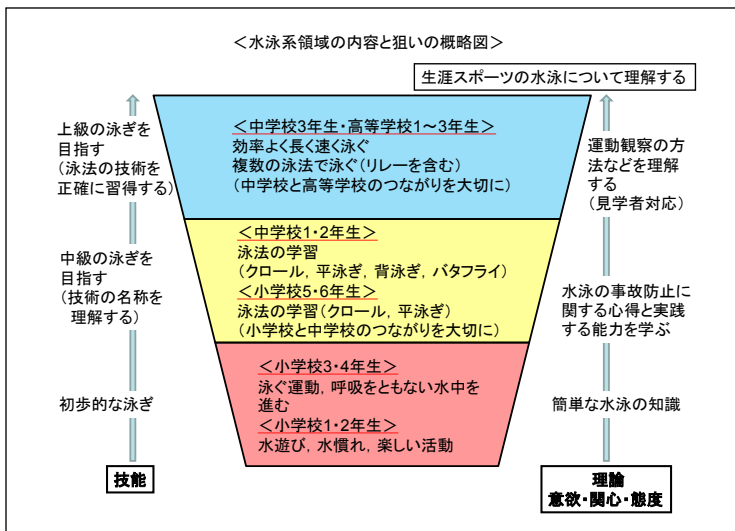


図. 水の物理的特性について





### 安全確保の運動(泳ぎ)

運動の技能＜小3～小4＞

- ・進むための手と足の動作  
ポピング・バブリング、補助具なしで伏し浮き  
け伸び、面かぶりクロール
- ・呼吸を加えた「初歩的な泳ぎ」  
補助具を使い、呼吸をしながらある程度泳ぐ
- ・安全確保につながる泳ぎ(背浮き等)

## Elementary Stroke エレメンタリー・ストローク (初歩的な泳ぎ)

### ＜Elementary Stroke＞

- ・泳法習得の方法で、細かな泳法の形にこだわらず、「**浮いて呼吸をすること**」を重視しながら、推進力へとつなげていくこと。
- ・既成概念にこだわらず、泳法習得を可能にすることがポイントである。
- ・今後、  
「**安全確保につながる運動としての発展**」  
が期待される。

### 人は習わないと泳げない (泳げれば命は守れるのか?)

- ・人の泳ぎ方は個性豊か(十人十色)
- ・泳ぎを評価する時は、  
先入観を持たないこと  
(既成概念を捨てる)

### ＜安全確保につながる運動?＞

浮くことができる

↓

呼吸ができる

↓

進むことができる

泳法評価から考える  
安全確保のための運動・泳ぎ

1. の構造を理解する(運動構造)  
プル・キック・呼吸・ストリームライン姿勢
2. 推進力の出し方  
FFタイプ(プル中心)  
FRタイプ(キック中心)  
4Wタイプ(プル・キックのタイミング)

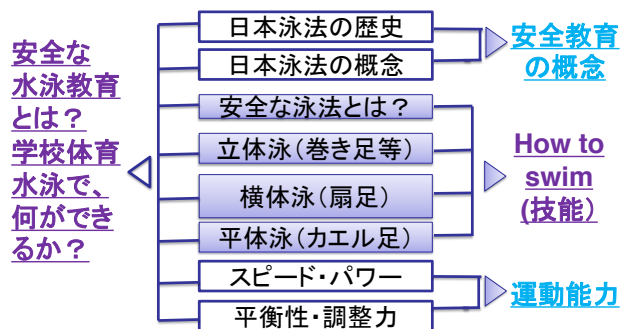
例：初歩的な泳ぎから考える—安全確保につながる運動—

	主な推進力	呼吸とタイミング
タイプ	キック	ブル
・初歩的な背浮き ・初歩的な平泳ぎ(含むドル平)	バタ足	ポビング(手の動き)
	カエル足・ドルフィン	平泳のブル(スイープ)
エレメンタリーバック・ストローク	ブル(ロングアームブル)	ウンパー法
	カエル足(ウイップキック)	—

今後の「安全確保につながる運動・泳ぎ」  
を発展させるための考え方

- ・「技術の名称や行い方などを理解する」
- ・その運動を身に付けることができるようにすることが重要である。その際、自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫する。
- ・自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。さらに、安全教育の一環として、「一人一人の違いに応じた課題や挑戦」を意欲的に認めながら、健康や水中の安全確保に気を配ることができるようにする。

提言：安全確保につながる運動・泳ぎのプログラム開発を考える



今後の課題

- ・安全確保につながる運動・泳ぎとは、  
具体的には何なのか？
- ・泳げば、助かるのか？
- ・学校体育の水中安全教育は、  
どのように学習するのか？
- ・安全教育の啓発活動は、どのようにするのか？

最後に、今後多くの課題を解決する必要がある。  
また、「水中での安全確保につながる運動・泳ぎ」のプログラム開発が急務である。