

小学4年生における「浮く・泳ぐ運動」の実践報告

～安心・安全水泳の視点から～

Report of Elementary school Swimming class for a fourth year students

～Focus on Water Safety Swimming～

○篠原健真 (鳴門教育大学附属小学校), 松井敦典 (鳴門教育大学)

連絡先 : kshinohara@naruto-u.ac.jp

小学校では、平成23年度から新学習指導要領の完全実施が始まった。体育では、授業時間数の増加をはじめとし、指導内容の明確化が図られた。水泳の学習内容に関しては、1・2年生で、「基本の運動」として取り扱われていた水泳の内容が「D 水遊び」として細分化され、水につかって移動したり、浮いたりもぐったり水中で息をはいたりすることが示されている。3・4年生では、「水泳」から「浮く・泳ぐ運動」と名称の変更があった。それに伴い、学習内容も「クロール・平泳ぎ」から、「初歩的な泳ぎ」へと変更された。5・6年生については、旧指導要領と概ね同様の内容である。

このようなことから、本研究は、学習内容の大きな変更があった3・4年生の「浮く・泳ぐ運動」に安心・安全水泳の観点を盛り込んだ水泳学習の実践を報告することを目的とする。

N小学校4年生の水泳の授業は、体育の年間学習計画の11時間を占めている。単元の導入部では、これまでの経験のなかからえている、子どもたちの「水泳」に対する既成概念を問い、泳法の習得だけが「水泳」の学習ではないことを確認した。単元の前半は、「浮く運動」を中心に取り扱い、だるま浮きやふし浮き、背浮き、浮漂の習得をめざした授業を行った。単元の後半は、浮いた状態から呼吸を確保しながら進む運動を「初歩的な泳ぎ」として捉え、エレメンタリーバックストロークを。また、5・6年生の水泳につなげるための運動として、犬かきなどを取り扱った。単元終末には、学習した内容をパフォーマンステストを行い評価した。ほぼ全員の児童が、浮いた状態で呼吸を確保することができるようになり、水辺での自他の生命を守る力の基礎を身につけることができた。

キーワード：水泳、浮く・泳ぐ運動、小学校体育、新学習指導要領、安全・安心水泳

1. 背景

小学校では、平成23年度から新学習指導要領の完全実施が始まった。体育では、授業時数の増加や、指導内容の明確化が図られた。水泳の学習に関しては、第1学年及び第2学年で、「基本の運動」から「D 水遊び」と細分化され、第3学年及び第4学年では、「水泳」から「浮く・泳ぐ運動」に変更になった。変更に伴い、指導内容も変更され、技能面ではクロール及び平泳ぎである程度続けて泳ぐという目標が、新学習指導要領では、「ア 浮く運動では、いろいろな浮き方やけ伸びをすること」「イ 泳ぐ運動では、補助具を使って、キックやストローク、呼吸をしながらの初歩的な泳ぎをすること」となった。椿本¹⁾は、この「初歩的な泳ぎ」という概念が導入されたことは、高学年以降の水泳領域で学ぶ内容の前段階の学習を充実させるべきであるとの判断から、低中学年の4年間を有効に活用することがめざされたと述べている。

つまり、泳法指導をする前の水中での身体操作能力を習得することが重視されたと捉えることができ

る。「浮く運動」については、日本の溺死率についての松井²⁾の報告や、Can You Swim? プロジェクトの報告からも水中で身を守るために必要な内容であると捉えることができる。

日本の国土は、海に囲まれており、また、多くの河川・湖沼もあることから、学校教育において、日常訪れるであろう水辺での身の危険から自他の生命を守る能力が求められる。しかしながら、水泳の指導書等には泳法指導や、それにつながる指導内容が示されたものが多く、T県が用いている体育の副読本も同様である。

そこで、本研究では、「浮く・泳ぐ運動」の指導内容をクロール及び平泳ぎの泳法につながるものと、自身の身を守るためのものの2つに分類し、それぞれの指導内容を盛り込んだ授業実践の報告をすることを目的とする。

2. 方法

2011年6月13日から7月15日までの水泳実施期間に、4年生40人に全9時間で実施した。単元の立ち上げは、「泳げることはどういうことだろう。」という問い

かけから始まり、単元前半は主に水中での呼吸法の習得を含んだ「浮く運動」を取り扱い、単元後半は浮いた状態から進むことを目標に「初歩的な泳ぎ」を取り扱った。単元終末には、パフォーマンステストを行い、泳法につながる項目と、自己の生命を守るための項目の二観点から評価し、児童にフィードバックした。パフォーマンステストの内容及び評価基準は次の通りである。

表1 第4学年水泳パフォーマンステスト

	内容	基準
1	だるま浮き	10秒
2	クラゲ浮き	10秒
3	ふし浮き	10秒
4	背浮き	10秒
5	浮漂	5分
6	ラヌーの浮漂	10回連続
7	泳ぎの途中で底に沈んだりリングをくぐるができる。	足をつかない
8	10m先のリングを回って泳いで帰ってくるができる。	足をつかない
9	潜行	10m
10	自分なりの泳ぎ(最高200m)	25m以上 最長200m
11	クリオネ泳ぎ	25m
12	ドリル泳ぎ	15m
13	犬かき	25m
14	踏み足	25m
15	けのび	5m以上

表1の1～11までは、自分の身を守るための水泳能力、12～15までは、5年生の水泳(クロール・平泳ぎ)につながる水泳能力とした。だるま浮き、くらげ浮き、ふし浮きは、浮力を感得するための内容として、背浮きは浮漂の導入として、ラヌーの浮漂は、浮力を利用した浮き沈みに合わせて呼吸動作を行うためにそれぞれ行った。浮漂、潜行の基準は、大学生向けのcan you swim testを小学生向けにアレンジして基準を設定した。クリオネ泳ぎは、エレメンタリーバックストロークを言い換えたものであり、ドリル泳ぎは手を体側につけた状態で進行方向に対して垂直方向へ回転しながら進む泳ぎ方である。犬かきは小学校体育実技DVD³⁾にクロールの初歩の泳ぎとして収録されているものを参考にした。踏み足は、平泳ぎのキックの初歩として位置付けた。テスト実施後、子どもたちにフィードバックした。

3. 結果および考察

表1の1～4, 6, 15については、1人をのぞき全員が基準をクリアした。5については、40人中22人が基準をクリアした。また、クリアできなかった児童も5

人を除いては、1分以上背浮きで浮くことができた。9については、15人が、11については31人が、12については30人が、13については28人が基準をクリアした。7, 8, 14の項目については、天候の関係により、実施することができなかった。

全てのテスト項目において、基準をクリアできなかった児童は、「上向きで浮くのが怖い」や、「顔をつけるのが怖い」などと発言しており、技術的なつまずきよりも、水への恐怖心を克服できなかったことがつまずきの原因となったと考える。

しかし、水への恐怖心がない児童は、呼吸を確保しながら浮いた状態を保ったり、初歩的な泳ぎで進んだりすることは、反復練習をすることなく身につけることができた。このことから、泳ぎに対する既成概念をすてた泳法は、技術的なつまずきなく短時間で獲得することができるといえる。つまり、安全水泳の能力は、水への恐怖心さえ克服することができれば、容易に習得できるといえる。

また、泳ぎ方に制限を加えず、到達目標を明示するのではなく、いつまでも泳いでいられるような力配分で泳ぐよう指示することで、自身の最長泳距離が伸び、自信をもった児童も少なくない。水の中で浮いて長い距離を進むことができるという自信をもった状態で、5年生の水泳学習につなげることができれば、児童の泳法習得がより効率化されると考える。

4. 結論

本研究では、自分の生命を守る水泳能力と、クロール・平泳ぎの泳法につながる水泳能力の獲得を目標に授業実践を行った。小学校高学年、中学校、高等学校と学習内容が泳法中心に移行していくなかで、それぞれの目標を達成するためには、水中で安全に安心して活動できる水泳能力が必要である。また、自分の命を守るという意味でも、水中で呼吸を確保して浮いていられることは、重要である。泳法習得を目標にして学習していくためにも、安全・安心な水泳能力の獲得を目指した指導プログラムの開発・普及が今後の課題として挙げられる。

6. 引用文献

- (1) 椿本昇三. 新学習指導要領で水泳系は、何が、どう変わったのか. 大修館書店. 体育科教育2011:7月号. 10-13, 2011.
- (2) 松井敦典. 「安全水泳」の視点から問い直す. 大修館書店. 体育科教育2011:7月号. 18-21, 2011.
- (3) 文部科学省. 小学校学習指導要領解説, 体育編. 16-17, 31-32, 49-51, 71-72, 2008.
- (4) 小学校体育実技DVD第8巻:水泳1(水遊び/浮く・泳ぐ運動). 東京書籍. 2009.