

## 第17回学校水泳研究会

### 教員養成課程の学生に必要な水泳の課題

香川大学 教育学部  
石川雄一

香川大学教育学部における水泳に関する授業

## 基礎運動II 初等体育(イ)(ロ)



## 基礎運動II

- ・保健体育専攻学生の選択科目(中コース)
- ・中学1種免許の要件ではないが全員受講するよう指導
- ・受講学生数15名程度(小・中コース)

### 授業の概要

水中環境下における運動特性について理解し、近代4泳法(クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ)の技術構造や指導法について学習する。また、水難事故防止、自己保全能力についての理解を深めるために一泊二日の臨海実習を行う。

### 授業の目的

近代4泳法(クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ)技術を理解するとともに、それぞれの種目で25メートル以上の泳力を身に付けることを目的とする。  
また、体育授業における「水泳」の単元計画の立案・実施ができるように知識を深める。

### 授業計画並びに授業及び学習の方法

実技を中心に授業を進めていく。

- (1) 授業ガイダンス
- (2) 水泳の基本(浮身、呼吸のコントロール)
- (3) クロール1(姿勢、ローリング)
- (4) クロール2(ストローク動作、スカーリング)
- (5) クロール3(手足のタイミング、各種ドリル)
- (6) 平泳ぎ1(姿勢、ストローク動作)
- (7) 平泳ぎ2(キック、手足のタイミング)
- (8) 平泳ぎ3(ブール遠泳45分間)
- (9) 背泳ぎ(姿勢、ストローク動作)
- (10) バタフライ(ストローク、キック、コンビ)
- (11) 飛び込み、ターン、個人メドレー
- (12)~(15)については(集中)臨海実習(1泊2日)にあてる

入水は毎年5月の連休明け  
水温2度程度、15~20分程度より  
遠泳実習は7月の2or3週目の土日  
学部後援会より5万円の補助

## 初等体育(イ)(ロ)

- ・幼児教育コース・小学校教育コース必修科目
- ・1年次に受講 学籍番号で前期と後期に振り分け
- ・受講学生数、半期70名程度
- ・中学校教育コース学生は副免(小)取得 選択科目

### 授業の概要

小学校における体育の授業を行う上での実践的な資質の養成を行う。各運動領域の特性の理解と実技能力の獲得、さらに授業を行う立場に立った実践的指導力の基礎を確立することが求められる。知や理解だけでなく、身体の実践として、授業づくりの基盤を確立してもらうこと。  
全国実技の授業を行う。体育の実技の授業ではあるが、運動能力・スポーツ能力を高めるためのだけの授業ではないことを十分理解することが必要である。体育の授業の現場を体験的に深く実感すること、授業づくりや指導法の基礎を身体観を通じて獲得するための授業である。

### 授業の目的

- (1) 各運動領域の特性を体験し、各領域の楽しさを味わえる運動能力を養う。
- (2) 実技の実践観を通じて、運動の特性に応じた学習過程や單元構成まで配課した授業づくりの基礎を養う。
- (3) 実践の身体観を通じて、運動の特性を配慮した効果的な指導法の基礎を養う。

### 授業計画並びに授業及び学習の方法

毎回実技の授業を行う。受講後に振り返り用ノートを出す。

- (1) ガイダンス(受講生対象)受講調整(2年生以上)
- (2) 集団行動の基礎、準備体操の基礎(ラジオ体操)
- (3) 体づく運動
- (4) 走・跳の運動1
- (5) 走・跳の運動2
- (6) 器械運動1:(マット・跳び箱・鉄棒運動をローテーションして練習)
- (7) 器械運動2:(マット・跳び箱・鉄棒運動をローテーションして練習)
- (8) 器械運動3:(マット・跳び箱・鉄棒運動をローテーションして練習)
- (9) 器械運動4:(マット・跳び箱・鉄棒運動をローテーションして練習)
- (10) 器械運動5:(マット・跳び箱・鉄棒運動をローテーションして練習)
- (11) 器械運動6:各種目の課題確認テスト
  - ・マット運動一前転系、側方前立回転、後転系
  - ・跳び箱運動一大きな開脚跳び、かかえ込み跳び
  - ・鉄棒運動一逆上がり、後方支那回転、踏み降り下り

- (12) 水泳の教材研究 1水泳運動の基礎理論と水泳び
- (13) 水泳の教材研究 2水中を泳ぐ
- (15) 水泳の教材研究 3クロール、平泳ぎの基礎

12~15回目の水泳の内容については事前に集中日程(夏季休業中)で実施します。

今年度の授業計画

期	日	授業科目	担当教員
1	4月10日	ガイダンス 1.1.1 概要 2. 学年以上の修業年限のあり方、修業は修業スートガイダンス後、開始	
2	4月17日	授業開始 集団行動、学びの姿勢	
3	4月24日	学びの姿勢	
4	5月1日	基本の姿勢(1)	
5	5月8日	基本の姿勢(2)	
6	5月15日	基礎練習①(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
7	5月22日	基礎練習②(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
8	5月29日	基礎練習③(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
9	6月5日	基礎練習④(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
10	6月12日	基礎練習⑤(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
11	6月19日	基礎練習⑥(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
12	6月26日	基礎練習⑦(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
13	7月3日	基礎練習⑧(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
14	7月10日	基礎練習⑨(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
15	7月17日	基礎練習⑩(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
16	7月24日	基礎練習⑪(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
17	7月31日	基礎練習⑫(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
18	8月7日	基礎練習⑬(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
19	8月14日	基礎練習⑭(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
20	8月21日	基礎練習⑮(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
21	8月28日	基礎練習⑯(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
22	9月4日	基礎練習⑰(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
23	9月11日	基礎練習⑱(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
24	9月18日	基礎練習⑲(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
25	9月25日	基礎練習⑳(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
26	10月2日	基礎練習㉑(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
27	10月9日	基礎練習㉒(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
28	10月16日	基礎練習㉓(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
29	10月23日	基礎練習㉔(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
30	10月30日	基礎練習㉕(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
31	11月6日	基礎練習㉖(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
32	11月13日	基礎練習㉗(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
33	11月20日	基礎練習㉘(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
34	11月27日	基礎練習㉙(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
35	12月4日	基礎練習㉚(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
36	12月11日	基礎練習㉛(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
37	12月18日	基礎練習㉜(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
38	12月25日	基礎練習㉝(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
39	1月1日	基礎練習㉞(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
40	1月8日	基礎練習㉟(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
41	1月15日	基礎練習㊱(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
42	1月22日	基礎練習㊲(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
43	1月29日	基礎練習㊳(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
44	2月5日	基礎練習㊴(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
45	2月12日	基礎練習㊵(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
46	2月19日	基礎練習㊶(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
47	2月26日	基礎練習㊷(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
48	3月5日	基礎練習㊸(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
49	3月12日	基礎練習㊹(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
50	3月19日	基礎練習㊺(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
51	3月26日	基礎練習㊻(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
52	4月2日	基礎練習㊼(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
53	4月9日	基礎練習㊽(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
54	4月16日	基礎練習㊾(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
55	4月23日	基礎練習㊿(クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
56	4月30日	基礎練習1 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
57	5月7日	基礎練習2 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
58	5月14日	基礎練習3 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
59	5月21日	基礎練習4 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
60	5月28日	基礎練習5 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
61	6月4日	基礎練習6 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
62	6月11日	基礎練習7 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
63	6月18日	基礎練習8 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
64	6月25日	基礎練習9 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
65	7月2日	基礎練習10 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
66	7月9日	基礎練習11 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
67	7月16日	基礎練習12 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
68	7月23日	基礎練習13 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
69	7月30日	基礎練習14 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
70	8月6日	基礎練習15 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
71	8月13日	基礎練習16 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
72	8月20日	基礎練習17 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
73	8月27日	基礎練習18 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
74	9月3日	基礎練習19 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
75	9月10日	基礎練習20 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
76	9月17日	基礎練習21 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
77	9月24日	基礎練習22 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
78	10月1日	基礎練習23 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
79	10月8日	基礎練習24 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
80	10月15日	基礎練習25 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
81	10月22日	基礎練習26 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
82	10月29日	基礎練習27 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
83	11月5日	基礎練習28 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
84	11月12日	基礎練習29 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
85	11月19日	基礎練習30 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
86	11月26日	基礎練習31 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
87	12月3日	基礎練習32 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
88	12月10日	基礎練習33 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
89	12月17日	基礎練習34 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
90	12月24日	基礎練習35 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
91	12月31日	基礎練習36 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
92	1月7日	基礎練習37 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
93	1月14日	基礎練習38 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
94	1月21日	基礎練習39 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
95	1月28日	基礎練習40 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
96	2月4日	基礎練習41 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
97	2月11日	基礎練習42 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
98	2月18日	基礎練習43 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
99	2月25日	基礎練習44 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	
100	3月3日	基礎練習45 (クロール) 泳げ泳ぎ(泳ぎ姿勢)	

第7章 学校体育における水泳指導を考える 95

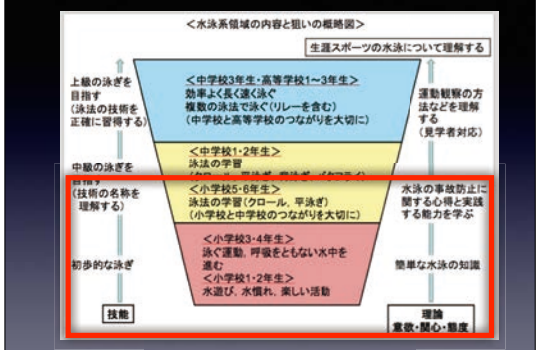
学校体育	スイミングスクール
授業教材のひとつ	習 習 習 習
6月中旬～7月末、9月上旬 (遠く遠征度、通算約1ヶ月)	期間を過ぎて (日に違うコース)
習性プール	施設 屋内・温水プール
22℃～28℃ (天候に左右される)	水温 28℃～30℃ (常に一定)
教師(体育・水泳専門は稀少)	指導者 資格を持つプロコーチ
1クラス40人	人数 1クラス20人以下
能力にばらつきあり	クラス構成 能力別クラス編成
教師のやる気、教材研究能力に より差があるが、児童・生徒への 対応がいまひとつにたりがち	スタートダッシュでマニュアルを 持ち、進捗システムを利用した、 児童・生徒への意識づけ

表-1 水泳指導の二重構造 (学校体育とスイミングスクールの比較)



2002年11月出版

「子どものからだと学びをひらく小学校体育の可能性」より  
学校体育における水泳で何が出来る？  
教師は何を教える？



「水泳指導の手引き 三訂版」より

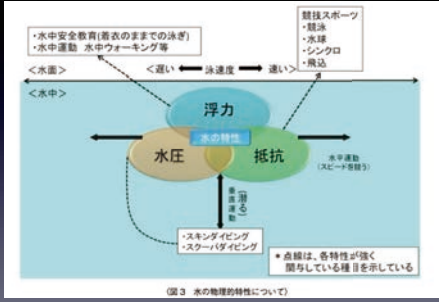


図3 水の物理的特性について

「水泳指導の手引き 三訂版」より

水遊びの理論背景

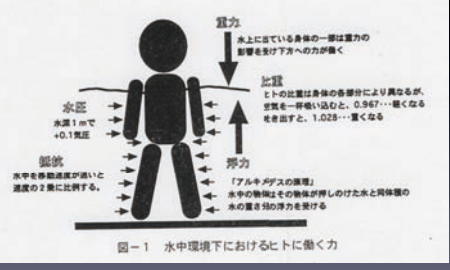


図-1 水中環境下におけるヒトに働く力

「子どものからだと学びをひらく小学校体育の可能性」より

初等体育水泳 集中授業1日目の板書

