

## 1. はじめに

水泳は、水に慣れ、水の浮力を利用して浮いたり、抵抗に逆らい進んだりしながら、体を思うように動かすことが楽しい学習である。また、児童一人一人が自分の泳力に合っためあてを持ち、課題を克服するための方法を探求し、他人と競争したり、記録に挑戦したりすることで、より達成感を味わうことができる運動である。

本学級の児童は、自由形で50m以上泳げる児童が4割程度いるが、25m泳ぐことができない児童も2割程度いる。平泳ぎを25m以上泳げる児童は3割程度しかいない。より速く、より長く泳ぎたいという思いを持つ児童が多くいるが、具体的にどうやって泳いだらいいのか、泳ぐイメージをなかなか持つことができない児童も多い。そこで「わたしたちの体育」の挿絵を拡大して、ペアでアドバイスしやすいように掲示物として活用したり、水泳用のタイマーを使って時間の目安を計ったりするなど、児童一人一人が自分のめあてにあったコースを選択することができるよう場の工夫をし、運動の特性に触れながら意欲と技能の向上を目指し、学習を進めていった。

## 2. 指導の実際

### (1) 単元の計画

|        | 1         | 2                                                                                        | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11  |
|--------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|----|-----|
| 主な学習活動 | オリエンテーション | 活動①自分の課題を解決するための基礎的な技能の練習<br>・ けのび    ・ バタ足    ・ 平泳ぎのキック・腕の使い方の確認                        |   |   |   |   |   |   |   |    | 記録会 |
|        |           | 活動②自分の課題にあったコースで泳力を伸ばす練習<br>・ 25mチャレンジコース    25mタイムアップコース<br>・ 50mクロールコース    ・ 50m平泳ぎコース |   |   |   |   |   |   |   |    |     |

### (2) 指導の工夫

#### ○アドバイスボードの活用

「わたしたちの体育」の挿絵を拡大して掲示した。水泳学習の合間に泳ぎ方のポイントを確認したり、ペアでの学び合いに手助けとしたりするようにした。

#### ○場の工夫

「わたしたちの体育」の場の設定をもとに、長く泳ぐことができる場や記録を伸ばすための場を作った。また、スポーツタイマーを設置して、その場でタイムを確認できるようにした。また、お互いの泳ぎをアドバイスしあうように、泳ぎをペアで確認する場を意図的に設けた。



## 3. 成果 (○) と課題 (●)

○「わたしたちの体育」の挿絵を拡大することで、泳ぎ方のポイントをおさえることができた。水泳学習の合間には、意欲的にアドバイスボードのところへ行き、泳ぎ方を確認し、話し合う姿が見られた。挿絵を見ることで、泳ぐ姿をイメージすることができ、より速く、より長く泳ぐことができるようになった児童が増えた。

○ペアで泳ぎ方を確認することで、相手の泳ぎ方だけでなく自分の泳ぎ方も確認することができ、泳力向上につながった。また、お互いに励ましあうことで、水泳の学習が苦手な児童も意欲的に活動することができた。

○最後の記録会では、6年生の水泳学習の最初と比べて、自由形で50mのタイムが5秒以上伸びた児童がいた。また、10m程度しか泳げなかった児童が25m泳げるようになった。

●振り返りの時間をなかなか確保することができなかった。時間配分の見直しや振り返りの方法などを見直していきたい。