

A Study on Teaching Swimming for Beginners (2) : To Establish Teaching Method for Spontaneously Engaging Practice

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2017-10-03 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/2297/23444

水泳の初心者指導に関する一研究 (2)

——児童の自発性を高める水泳指導を目指して——

矢部 俊政 出村 慎一 鈴木 盟子*

A Study on Teaching Swimming for Beginners(2)
 ——To Establish Teaching Method for Spontaneously Engaging Practice——

Toshimasa YABE, Shin-ichi DEMURA, Meiko SUZUKI

児童)

I 研究目的

水泳は子どもたちにとって、大変興味深いスポーツの一つである。^{1), 2), 3), 7)} 泳ぎの得意な子はもちろんのこと、あまり泳ぎが上手でない子であっても、水に対してよほど大きな恐怖心を抱いていない限りは水の中に喜んで入り、水にたわむれ、自分の泳力に応じた遊びも工夫する。^{1), 2), 4), 5), 6)}

体育科の学習において、特に水泳は、教師の側からの一方的な教え込みになりがちと考えられる。つまり子ども達が教師によって指示された内容・課題をただこなしているだけだという、いわゆる受け身の学習が展開されることになりがちである。このようなことでは、自ら積極的に進んで学習に取り組もうとする子どもたちの意欲を減退させ、場合によっては水泳を嫌いにしてしまうことにもなる。^{4), 8)}

そこで本研究では、一人ひとりの子どもが水泳の学習に対して、主体的にかつ楽しく取り組んでいける水泳学習プログラム作成のための基礎資料を得ることを目的として、実践研究を試みた。

II 研究方法

- (1) 研究対象：3年生男子19名、女子14名計33名（静岡県竜洋町立竜洋北小学校

- (2) 研究期間：昭和60年6月20日～9月14日、週2回（約2時間）実施
 (3) 研究場所：竜洋北小学校プール（25m、7コース）

子どもたちが、水泳の学習に対して主体的に、かつ楽しく取り組めるようにするために、次の3つの方法を考えた。

- (1) 泳力テストによって、能力別等質グループに分ける。クロール、平泳ぎなどの泳法別に、学習過程を提示する。グループ学習の際、各グループごとに、その学習過程の中から自由に練習のプログラムを選ばせる。
 (※「3.研究経過」参照)
 (2) 次の段階への意欲づけをするために、学習カードを利用する。
 (3) つまづきの原因となっているフォームの写真を撮って、その子どもに見せる。また、同じようなつまづきをもつ子どもの泳ぎをみせる。

仮定

以上の3つの方法を実践することによって、子どもたちが、主体的に、かつ楽しく、水泳の学習に取り組むことができるようになるのではないかと仮定する。

上記の仮定をもとに、3年生を対象として水泳指導を行い、その結果を考察する。

※能力別等質グループ……能力（この場合は泳力）の同じ者どうしを1グループにした。

Ⅲ 研究経過

—— 3つの方式の実践 ——

〔実践1〕

泳力テストによって、能力別等質グループ^{*}に分ける。クロール、平泳ぎなどの泳法別に、学習過程を提示する。グループ学習の際、各グループごとに、その学習過程の中から、自由に練習のプログラムを選ばせる。

1 グルーピング

まず第一回目の泳力テストによって、泳力別にグルーピングを行った。泳力テストは、今シーズン4回行ったが、子どもたちのその時の泳力によって、内容を変えた。

次の泳力テストまでの間に記録の伸びた子どもについては、そのつど、グループを変えていった。例えば、第1回目のテストの際、クロールで7mしか泳げなかった子が、第2回目のテスト以前に20m泳げるようになった場合

泳力テスト第1回（6月20日）

見学児童1名（T子）

泳力テストの内容	結果	人数(人)
○プールの壁をけて、バタ足で何mも進むことができるか。 (ビート板及びヘルパーは使用しない。)	25m以上	3
	10m以上 25m未満	16
	5m以上 10m未満	8
	5m未満	5
○クロールで何m泳げるか。 (逆飛び込みはしない。ヘルパーは使用しない。)	25m以上	10
	10m以上 25m未満	8
	5m以上 10m未満	5
	5m未満	9
以上の結果のうち、クロールの記録をもとにして、次のようにグルーピングした。		
クロールで	25m以上泳げる者 1班(10人) 10m以上25m未満" 2班(8人) 5m以上10m未満" 3班(5人) 5m未満しか泳げない者 4班(9人)	

泳力テスト第2回（7月15日）

見学児童2名（T子・A子）

泳力テストの内容	結果	人数(人)
○クロールで何m泳げるか。 (逆飛び込みから入る。ヘルパーは使用しない。)	50m以上	20
	25m以上 50m未満	6
	12.5m以上25m未満	5
以上の結果をもとに、次のようにグルーピングした。		
クロールで	50m以上泳げる者 1班(20人) 25m以上50m未満" 2班(6人) 12.5m以上25m未満" 3班(5人)	

* 実際には12.5m未満の子が2名いるが、中耳炎のため、長期にわたって見学しており、このあともしばらく泳げる見込みがなかったため、グループから外しておいた。

泳力テスト第3回(9月5日)

見学児童2名(T子・A子)

泳力テストの内容	結果	人数(人)
○クロールで何m泳げるか。 (逆飛び込みから。ヘルパーなしで。)	50m以上	21
	50m未満	10
○平泳ぎで何m泳げるか。 (逆飛び込みから。ヘルパーなしで。)	50m以上	18
	50m未満	13
○背泳ぎで何m泳げるか。 (ヘルパーは使用しない。)	50m以上	14
	50m未満	17
以上の結果をもとに、次のようにグルーピングした。		
○ { クロール 平泳ぎ 背泳ぎ }	でそれぞれ50m以上泳げる	1班(14人)
○ { クロール 平泳ぎ }	でそれぞれ50m以上泳げる。	2班(4人)
○	クロールだけ、50m以上泳げる。	3班(3人)
○	クロールで50m以上泳げない。	4班(10人)
* クロールを基本として、グルーピングした。従って、平泳ぎや背泳ぎで50m以上泳げても、クロールで50m以上泳げなければ、4班とした。		
* クロールを基本とした理由は、クロールは、けのびから発展させることのできる泳法であり、3泳法の中では、一般的に最も抵抗のない泳法だからである。		

泳力テスト第4回(9月14日)

見学児童2名(T子・A子)

泳力テストの内容	結果	人数(人)
○クロールで25m泳ぎ、タイムを計る。 (逆飛び込みから入る。ヘルパーは使用しない。)	21秒~25秒	4
	26秒~30秒	12
	31秒~35秒	2
	36秒以上	2
○平泳ぎで25m泳ぎ、タイムを計る。 (逆飛び込みから入る。ヘルパーは使用しない。)	29秒~35秒	11
	36秒~40秒	5
	41秒~45秒	5
	46秒以上	10
○平泳ぎで25m泳ぎ、タイムを計る。 (ヘルパーは使用しない。)	27秒~35秒	7
	36秒~44秒	9
	45秒~53秒	6
	54秒以上	9
以上の結果がでたが、今シーズンの水泳指導の最終日であったため、グルーピングは行わなかった。		

は、その時点で2班に入れる。というようにである。

2 練習プログラム

各泳ごとの学習過程を書いた紙を、プールサイドに掲示し、グループ学習の際、自分たちのグループの泳力に合ったプログラムを選ばせた。

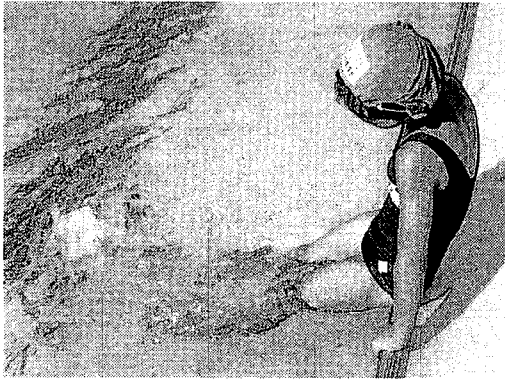
ただし、時には、この学習過程の外に、逆飛び込みやターンも練習したので、これだけがすべてではない。



「今日はどれにしようかな。」

No.	クロールの学習過程	写真No.	6/20(木)～ 7/13(土)	7/15(月)～ 9/4(水)	9/5(木)～ 9/13(金)
1	こしかけキック。	クロール No. 1	4班・3班 2班 1班	3班 2班 1班	* — は、その時期に、その班が主として行った練習。つまずいた場合は、前の方の段階へもどった。 4班 3班・2班・1班
2	ひじかけキック。	② No. 2			
3	プールサイドにつかまってバタ足。	② No. 3			
4	ビート板を使ってバタ足。	② No. 4			
5	プールサイドにつかまって息つき。 ●顔を前へ上げる。●顔を横へ上げる。	② No. 5 No. 6			
6	プールサイドにつかまって、バタ足をしながら息つき。	② No. 7			
7	ビート板を使って、息つきをしながらバタ足。				
8	プールサイドで手のかき。	② No. 8			
9	息つきをしながら手のかき。 ●プールサイドにつかまって。 ●体をたおして。 ●ビート板を使って。	② No. 9 No. 10 No. 11			
10	息つきなしのクロール（ノーブレイクロール）。				
11	息つきをしながらクロール。 ●1, 2, 3, ④, ●1, ②, 1, ②, (○のところで息つきをする。)				

〈クロールの学習過程〉



No. 1 こしかけキック



No. 4 ビート板を使ってバタ足



No. 2 ひじかけキック



No. 5 プールサイドにつかまって、息つぎ
(顔を前へ上げる)



No. 3 プールサイドにつかまってバタ足



No. 6 息つぎ (顔を横に上げる)



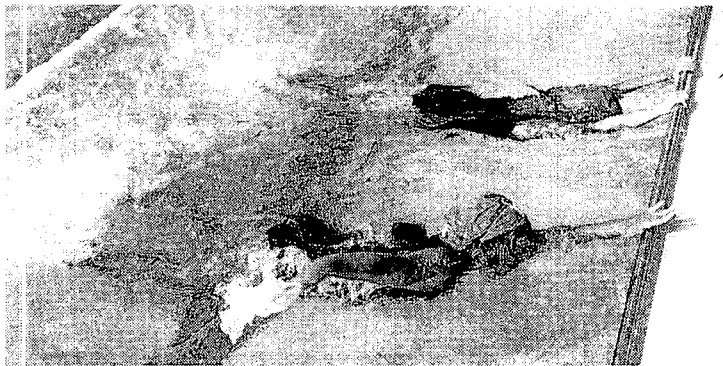
No.7 プールサイドにつかま
まって、バタ足をしな
がら息つき



No.8
プールサイドで
手のかき



No.9 水中で手のかき



No.10
バタ足をしながら手のかき
(息つきも)



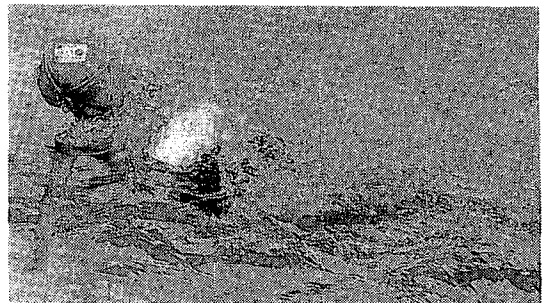
No.11
ビート板を使って息つきをし
ながら手のかき

No.	平泳ぎの学習過程	写真No.	6/20(木)～ 7/13(土)	7/15(月)～ 9/4(水)	9/5(木)～ 9/13(金)	
1	プールサイドでコンビネーション (手のかきと足のけり)。	平泳ぎ No.1	4 班・ 3 班・ 2 班・ 1 班	3 班		
2	水中でコンビネーション (手のかきと足のけり)。 *ヘルパーを使ってもよい。	⊕ No.2				
3	足のけりをなおす。(プールサイドで)	⊕ No.3		2 班		
4	足のけりをなおす。(水中) ●プールサイドにつかまって。 ●ビート板を使って。	⊕ No.4 No.5				
5	手のかきをなおす。 ●プールサイドで。 ●水中に立って。	⊕ No.6 No.7		1 班		4 班・ 3 班
6	プールサイドにつかまて、息つき。(顔を前へ上げる。)	⊕ No.8				
7	ビート板を使って足のけり。(息つきをしながら)	⊕ No.9		2 班・ 1 班		
8	息つきをしながら、平泳ぎのコンビネーション。 ●プールサイドで。 ●水中。(ヘルパーを使ってもよい。)	⊕ No.10 No.11				

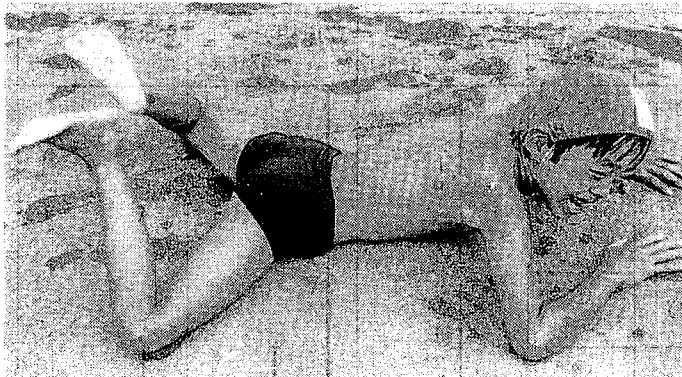
〈平泳ぎの学習過程〉



No.1 プールサイドでコンビネーション



No.2 水中でコンビネーション



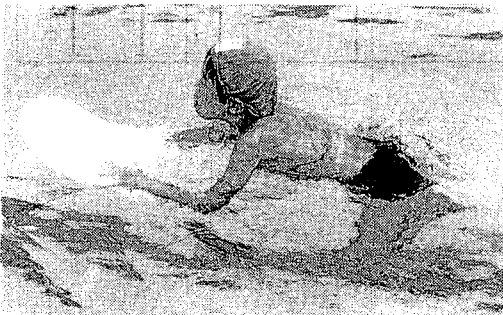
No. 3 足のけりをなおす (プールサイドで)



No. 6 手のかきをなおす (プールサイドで)



No. 4 足のけりをなおす (プールサイドにつかまって)



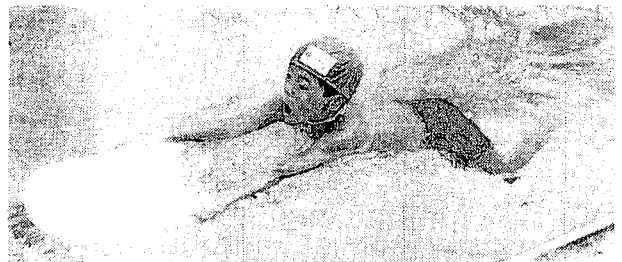
No. 5 足のけりをなおす (ビート板を使って)



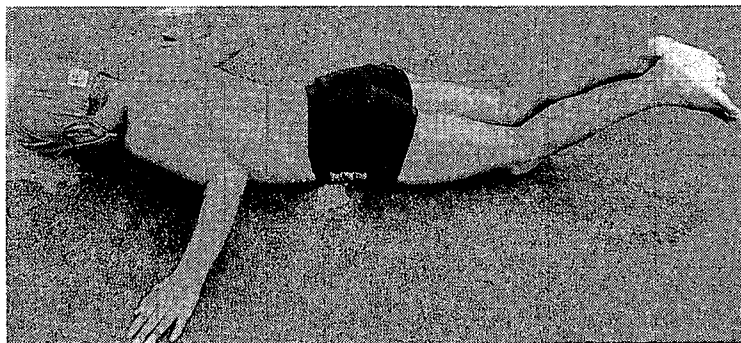
No. 7 手のかきをなおす (水中に立って)



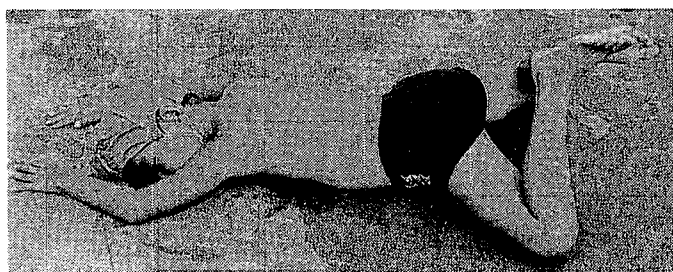
No. 8 プールサイドにつかまって息つき



No. 9 ビート板を使って足のけり



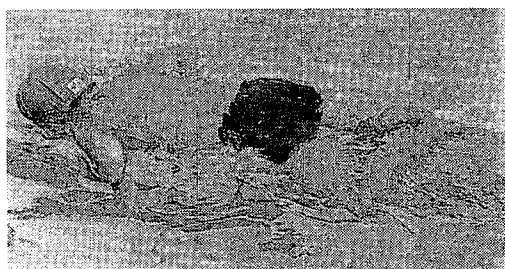
No.10 プールサイドでコンビネーション



No.10 プールサイドでコンビネーション



No.11 水中でコンビネーション



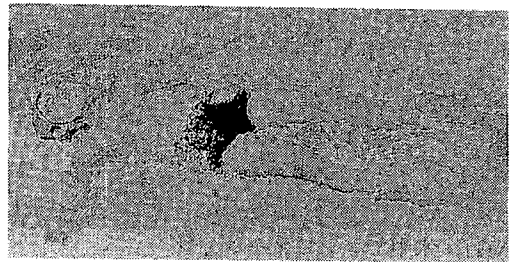
No.11 水中でコンビネーション

No	背泳ぎの学習過程	写真No	6/20(木)～ 7/13(土)	7/15(月)～ 9/4(水)	9/5(木)～ 9/15(金)
1	こしかけキック。	背泳ぎ No 1	*この時期には、 まだ背泳ぎの 学習はしない。	3 班・ 2 班	4 班・ 3 班
2	うきみ。	㊦No 2			
3	2人組で支えながら、足のけり。(ヘルパーを使ってもよい。)	㊦ No 3			
4	両手を体の横で動かしながら、水中で足のけり。(ヘルパーを使ってもよい。)	㊦ No 4			
5	両腕を真横に開いて、足のけり。	㊦ No 5			
6	片腕を上に向けて、足のけり。	㊦ No 6			
7	ビート板を使って足のけり。	㊦ No 7			
8	プールサイドで手のかき。	㊦ No 8			
9	2人組で、水中で手のかき。	㊦ No 9			
10	背泳ぎのコンビネーション(手のかきと足のけり)。 *ヘルパーを使ってもよい。	㊦ No 10			
11	背泳ぎのコンビネーション(手のかきと足のけり)。 *ヘルパーを使ってもよい。	㊦ No 11			

〈背泳ぎの学習過程〉



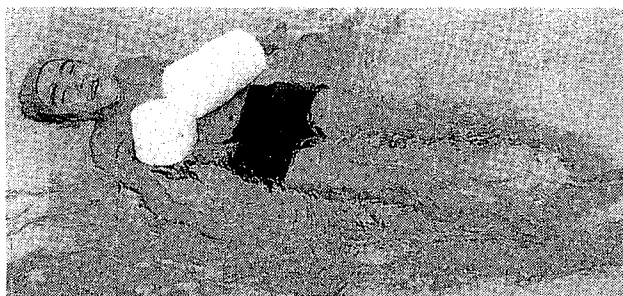
No 1 こしかけキック



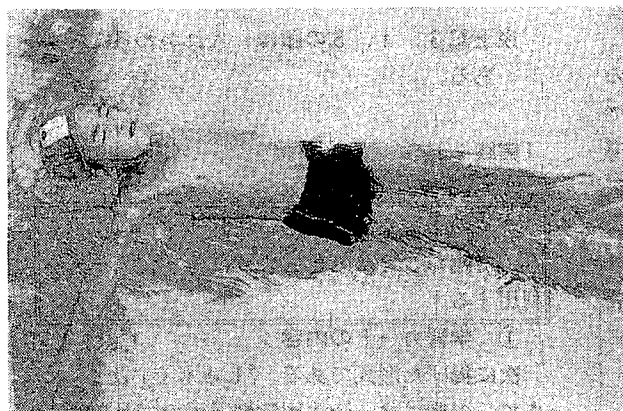
No 2 うきみ



No 3 2人組で支えながら足のけり



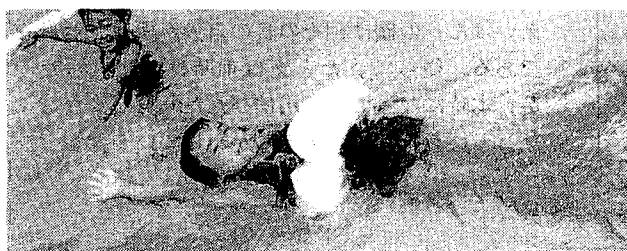
No. 4 両手を体の横で動しながら、水中で足のけり



No. 5 両腕を真横に開いて、足のけり



No. 8 プールサイドで、手のかき



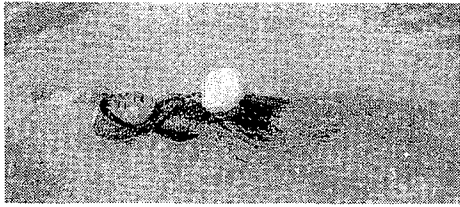
No. 6 片腕を上に入れて、足のけり



No. 7 ビート板を使って足のけり



No. 9 2人組で水中で手のかき



No.10 背泳ぎのコンビネーション
(ヘルパーを使ってもよい)



No.11 背泳ぎのコンビネーション
(ヘルパーを使ってもよい)

3 グループ学習をいつ行うか。

45分間の授業の中で、グループ学習を下記のように組み込んだ。更に、グループ学習だけでは泳力の向上はあまり望めないで、一斉指導は必ず取り入れた。また、グループ学習の際、教師は、一人ひとりの泳ぎをよく見て、個別に指導を行った。

45分間

1. あいさつ。本時のめあての確かめ。
2. 準備運動。シャワーを浴びる。
3. 水慣れ (水に慣れさせるための遊び。)
4. 一斉学習……教師の与えたプログラム。
5. グループ学習……子どもたちの選んだプログラム。
(個別指導も含む)
6. 一斉学習……本時における伸びを見る。
7. 反省。整理運動。シャワー。洗眼。

※上記 3, 4, 5 の順は、入れかわることがある。

〔実践 2〕

本時の学習の反省をし、次時の学習に意欲をもって臨むことができるように、学習カードを利用する。

① 学習カードの内容

次に掲げた形式である。「しゅもく」及び「めあて」の欄には、泳法別学習過程の中から選んだプログラムを、学習した順序に書き入れる。「番号」は、泳法別学習過程の番号である。「水えいはん」の欄は、その日の自分が所属した班である。従って、たとえば前時は 3 班だったが、本時になって記録が伸びたため 2 班になった、というように、次々にかわっていく。

水泳の学習カード

水えい学習カード 7月17日
3年(1)組(丹羽あま子) 水えいはん (1)はん

今日のグループ学習	
しゅもく 85	めあて
クロール 4	ビート板をつかってのびる
平泳ぎ 8	いきさしなをうする
背泳ぎ 10	水のじこをうする

水えいはん
せおしぎをよくできなみた。

えい学習カード 9月7日
3年(1)組(鈴木恵美子) 水えいはん (1)はん

今日のグループ学習	
しゅもく 85	めあて
平泳ぎ 7	ビート板をつかってのびる
.. 8	いきさしなをうする

水えいはん
せおしぎをよくできなみた。

② 学習カードをいつ書くか

水泳の学習が終わった後の休み時間や、昼休み、帰りの会などを利用して、書かせた。書く時には、プールサイドに示した「泳法別学習過程」の紙を再度掲示して、その日の学習をふりかえらせた。従って、字を書くのが遅い子どもでも、5分もあれば十分記入することができた。

〔実践3〕

つまづきの原因となっているフォームの写真を撮って、その子どもに見せる。また、同じようなつまづきをもつ子どもの泳ぎを見せる。

1 自分の泳ぎ方を知る

できるだけ足をつかずに50mを泳がせ、一人ひとりのフォームの写真を撮った。その時、ほかの子どもたちにはプールサイドで見学させ、泳いでいる子どものフォームについて、思ったことを発表させた。教師は、泳ぎ終わった子どもに、「ここをこのように直すと、もっとよいフォームになる。」という助言を与えた。写真が出来上がった時点で、子ども一人ひとりに写真を見せ、更に、グループで写真を見ながら話し合わせた。

2 自分と同じつまづきをもつ子の泳ぎを見る

たとえば、クロールの息つぎの時に、顔を横でなく前に上げているような子どもには、同じような息つぎの仕方をしている子どもの泳ぎを見せ、「自分がどんなフォームで泳いでいるか」というイメージを、的確につかませる。

☆ クロール、平泳ぎ、背泳ぎの泳法における主なつまづきとして、次のような場合が考えられる。

□ クロール におけるつまづき

- 息つぎの際、顔を横に上げずに、前へ上げる。
- 息つぎの際、頭を持ち上げすぎる。
- 息つぎの際、首だけでなく、体までねじるので、バランスがくずれる。

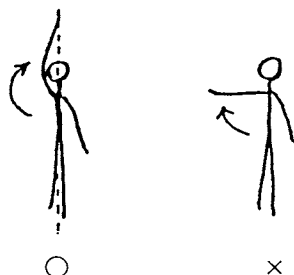
- バタ足のひざが曲がる。
- かき終わった手を水面から出すとき、ひじから抜かずに、手の先の方から抜く。
- 抜いた手を再び水中に入れる時、腕を伸ばして遠くへ入れずに、ひじを曲げたまま近い位置へ入れる。
- 右手と左手とで、それぞれ水をかく速さが一定していない。

□ 平泳ぎ におけるつまづき

- 「かえる足」が「あおり足」になる。
- 手の平で水をかかなければいけないのが、ただ水面下をなでるだけ、というようなフォームになる。
- 手を1かきする間に、足を2けり以上する。
- 手のかきと足のけりのタイミングが合わない。
- 息つぎの際、頭を上げすぎのため、胸ぐらいまでが水面から外へ出てしまう。
- 沈むのを恐れて、手と足を速く動かしすぎるので、ほとんど推進力にならず、進んでいけない。

□ 背泳ぎ におけるつまづき

- あお向けの恐怖感から、腰を曲げて背中を丸くした姿勢になるので、腰が沈み、更に体全体が沈む。
- 十分息を吸わず、逆に吐き出してしまうため、体が沈む。
- キックする時、足の甲を全く使わずに、ひざを曲げてけるので、進まない。
- 手を水中に入れる際体の中心線の延長に入れずに、真横に開いていれる（右図）。



3 教師の示範

その子どもと同じようなつまづきをもつ子ど

もがない場合、また、同じようなフォームの泳ぎを見せても、どこが悪いのかよくわからないような場合は、教師が示範する。この時、意識的に、極端に悪い例を見せるようにすると、子どもがよく理解できる。

Ⅳ 研究結果と考察

次表は本研究で採用した 3 つの実践的方法を

要約したものである。

水泳という運動は、水という特異な環境の下で行なわれ、また、どの子どもも生得的に成就しうる運動ではないので、個人差が他の運動と比べて非常に大きい。すなわち、小学校 3 年生という年齢段階であっても、中にはいまだに水に対する不安感を抱いている子どももおれば、既に水泳練習を十分に積み、各種泳法を習得して何百 m も泳げる子どももいる。学校体育にお

(A表)

No.	学 習 方 法	成 果
(1)	<p>泳力テストによって、能力別等質グループに分ける。クロール、平泳ぎなどの泳法別に、学習過程を提示する。</p> <p>グループ学習の際、各グループごとに、その学習過程の中から、自由に学習プログラムを選ばせる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○グループ学習の形態をとったことによって、互いに教えあいながら、楽しく学習できた。 ○自分たちが選んだ練習内容であることから、いやになって遊んでいる子がなく、どの子どもも自主的に自分たちのプログラムをこなしていた。 ○いくつかのグループに分けたことによって少しでも早く上のグループに行けるようにと、進んで学習した。 ○同じグループ内において、よい意味で競争意識が芽生えた。
(2)	<p>本時の学習の反省をし、次時の学習に意欲をもって臨むことができるように、学習カードを利用する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○その日の学習内容をはっきりとつかむことができ、「次の時間は〇〇までできるようにしよう。」とがんばる姿が見られた。 ○自分なりの目標をもつ子どもが多くなった。
(3)	<p>つまづきの原因となっているフォームの写真を撮って、その子どもに見せる。</p> <p>また、同じようなつまづきをもつ、ほかの子どもの泳ぎを見せる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○自分の泳ぎのフォームを意識するようになり、悪い所を直して、よりむだのないフォームで泳ごうと努力する子がふえた。 ○友だちのフォームを見て、良い所や悪い所を指摘できるようになった。

(B表)

	6/20		7/15		9/5		9/14			6/20		7/15		9/5		9/14	
男子	バ タ 足	ク ロ ー ル	班	ク ロ ー ル	班	ク ロ ー ル	平 泳 ぎ	背 泳 ぎ	班	ク ロ ー ル	平 泳 ぎ	背 泳 ぎ	班	ク ロ ー ル	平 泳 ぎ	背 泳 ぎ	班
No	m	m		m		m	m	m		秒	秒	秒		秒	秒	秒	
1	19	25	1	50	1	50	50	50	1	23	31	35					
2	25	30	1	50	1	50	50	50	1	27	29	37					
3	5	2	4	25	2	50	25	5	3	58	58	64					
4	12.5	12.5	2	50	1	50	50	50	1	36	31	43					
5	12.5	6	3	50	1	50	50	25	2	35	53	48					
6	12.5	25	1	50	1	50	50	25	2	29	33	43					
7	3	4	4	50	1	50	25	20	3	30	36	41					
8	25	43	1	50	1	50	50	50	1	21	33	31					
9	10	9	3	50	1	50	50	25	2	45	31	30					

女子	バ タ 足	ク ロ ー ル	班	ク ロ ー ル	班	ク ロ ー ル	平 泳 ぎ	背 泳 ぎ	班	ク ロ ー ル	平 泳 ぎ	背 泳 ぎ	班	ク ロ ー ル	平 泳 ぎ	背 泳 ぎ	班
No	m	m		m		m	m	m		秒	秒	秒		秒	秒	秒	
1	14	14	2	50	1	50	50	50	1	26	36	35					
2	3	2	4	12.5	3	35	25	10	4	45	62	70					
3	14	25	1	50	1	50	50	50	1	26	31	46					
4	18	25	1	50	1	50	50	50	1	23	31	27					
5	15	18	2	50	1	50	50	50	1	30	35	42					
6																	
7	15	25	1	50	1	50	50	50	1	29	38	36					
8	12	25	1	50	1	50	50	50	1	25	34	32					
9	2	1	4	25	2	45	25	25	4	47	59	53					

ける水泳指導においては、一人の教師が前述のように、個人差の大きい集団を対象として指導を行うことが一般的であろう。

この場合、能力の差異を考慮しない一斉指導は、一部の子ども達には満足しうるかも知れないが、多くの子どもに水泳の楽しさや満足感を与えることは困難であろう。

そこで実践1では、前述の問題点を克服する方法の一つとして、等質能力グループを構成し、各グループの能力に応じた学習過程を提示し、さらに、課題を教師側が一方向的に与えるのではなく、子ども達に学習プログラムを自由に選択させる指導を試みた。この成果については表に示したとおりである。つまり、子ども達は楽しく水泳を学習し、向上意欲をもち、よい意味での競争意識をもつことが観察された。結果的にB表に示すとおり泳力も向上したものと考えられる。しかし、課題が言葉でやり方を提示したために、子ども達には理解しにくかった点があったと思われ、今後より高い成果を得るためには、図表を利用して視覚的にも理解しうるように工夫すべきであろう。

ブルームは従来の結果主義評価法の反省とし

て、時間的要因を加味したプロセス重視の評価法を提示した。同様な見解から、学習者が単に最終目標に向かって努力するのではなくて、各学習過程における自己の能力レベルを知り、また、子ども達自らが各授業についての学習内容を反省することは、次の学習意欲を高めることに役立つと考えられる。

そこで実践2として、学習カードを利用し、各授業における反省点を記入させることを試みた。その結果、A表に示すような成果が観察された。B表の泳力向上は、前述の学習カードの利用も反映しているものと考えられる。しかし、今回はただ単にその日の学習内容と反省を書き込むだけのものであった。グループ内でも、とも達のフォームについて気づいた点や、各自の次の学習の目標、あるいはグループの目標を書くことによって、より高い成果が期待されるものと考えられる。

一方あらゆる運動技術の学習過程において、問題となることは、学習者が一度悪いフォームを身につけてしまうと、その修正が非常にむずかしく、そのことがより高い技術の習得や能力の向上を妨げるということである。水泳も例外

ではない。例えば、水泳において正しい呼吸法の習得は重要であり、不適切な非合理的な呼吸法を習得してしまうと、他の水泳技術を合理的に習得するのがむずかしくなり、泳力の向上もそれが原因で妨げられることになる。

しかし、一般に悪いフォームは自分自身では気をつかないことが多く、またそのことを口頭で指摘されても、十分理解しにくいことが多い。つまり、口頭で説明すると共に、図や絵、あるいはビデオを利用して、自分のフォームがどのようになっているかを視覚的に理解させることが必要である。

以上のことを踏まえて、実践 3 として、写真及び同様なつまづきをもつ子どもの泳ぎを見せる方法を試みた。その成果として、A表に示したことが挙げられる。しかし、時間数の制約もあり、各子ども達の泳ぎの写真を撮ることは困難であり、今回はクロールについてしか撮れなかった。写真は動きがとれないという欠点がある。今後は動きがわかる VTR の利用も検討することが必要であろうと考えられる。B表の泳力向上は、以上の実践 1～3 の実施によって得

られた結果と考えられる。

参考文献

- 1) 杉原潤之輔, 林 利八, 「体育教材研究: 小学校の水泳」泰流社, 1980, pp. 9-24
- 2) 宮畑虎彦, 杵淵政光, 「改訂水泳」不昧堂, 1984, pp. 21-22
- 3) 杉原潤之輔, 「水泳: 指導のプログラムと展開」泰流社, 1975, p. 136
- 4) 日本YMCA同盟出版部, 「日本YMCA: 水泳リーダーハンドブック」1980, pp. 15-20
- 5) 高田典衛, 西沢 宏, 「体育指導の急所」明治図書, 1982, pp. 7-8
- 6) 須田喜博, 「水遊びやゲーム・リレーを活用した水泳指導」学校体育, 1984, 第37巻8号, pp. 82-87
- 7) 岡田和雄, 大貫耕一, 「水泳指導のポイント」あゆみ出版, 1986, pp. 11-13
- 8) 矢部俊政, 鈴木盟子, 「水泳の初心者指導に関する一研究」一水を怖がる子の指導法一, 金沢大学教育学部紀要, 教育科学編, 第36号, 1987