

水泳指導

<1年生>



<3年生>

初日は、浮くことを指導し、人間洗濯機などの水遊びをし、水に慣れました。2回目からは、A・B・C3つのグループに分かれ、Aチームは小プール、B・Cチームは大プール全体を使って練習をし、記録もとりました。宝探しなどのお楽しみも。

水に慣れて、顔をつけて浮くことを目標にしています。じゃんけん遊び（勝ったら相手に水を3回かける）、かにさん歩き、うさぎジャンプ、宝探し等楽しいことを取り入れながら、ロケット泳ぎへとつないでいきます。



<5年生>



<6年生>



水慣れの一環として、簡単なアーティスティックスイミング（シンクロ）を取り入れています。また、**けのび**のフォームを徹底して指導しています。泳法指導では、3つのグループに分け指導し、常に子どもたちには、しんどくないようにゆっくり大きく泳ごうとってきました。（長い距離を楽に泳ぐことで命を守ることができる）

全員25m泳げることを目標に、ペアを組み泳ぐコツを教え合う活動を取り入れています。全員が、少しでも長く、きれいなフォームで泳げるようになってきています。

<2年生>



水慣れとして、水の中でじゃんけん、フラフープくぐり、石拾いなどしています。ふしうき→バタ足→息つきと順を追って指導しています。苦手な子は、顔をつけられるようにボード板を使って練習をしています。

<4年生>

習熟度別に分け、1mでも自己記録を伸ばすことを目標に指導しています。息つぎのできない子には、個別に指導を行いました。

