

# 学校体育における水泳指導についての視覚教材の検討

Examination about the visual aid about the teaching of swimming  
in the physical education

前 田 一 篤 ・ 立 部 文 崇

## I. 背景

日本の学校体育における水泳指導に関しては、小学校の水遊びから始まり、高等学校の効率を高めて泳ぐことを目標とした水泳まで、系統的に指導が実施されている。

水泳指導は、水中といった一般的には馴染みのない環境の中で運動を行うため呼吸や体の動きが制限され、他の陸上で行う単元とは異なる特性を持っている。また、現行の学習指導要領においては、児童生徒が主体的に学習し、各泳法や態度の育成をすることで「豊かなスポーツライフを実現」させることも明記されている（文部科学省，2008）。さらに、保健学習との関連を図ることによって安全管理の学習効果も求められており、近年では水泳の授業における事故も多いことも相まって、よりいっそうの安全性の確保とその指導も重要視されていることがうかがえる。

日本では上記のような水泳授業については、旧スポーツ振興法（1961）において水泳事故の防止に向けて施設の整備や指導者の育成について明記され、現在に至るまでカリキュラム改定を行いつつ実施されてきた。とりわけ、教員の水泳授業における指導力の向上については、文部科学省（2014）が発行する「水泳指導の手引（三訂版）」をはじめとし、教員向けの水泳指導の指針を示した資料が公的に発行されるようになった。

そのような中、学校体育における水泳指導の指導力向上について検討される先行研究がみられる。寺本ら（2017）は、小学校教員を対象に水泳および水泳指導に関するアンケート調査を実施した。その中で、小学校教員が水泳指導時

に感じる問題点として、教員に水泳指導に関する技能や知識が不足していることを指摘した。また、金沢ら（2016）は、近年生じる水泳指導中の事故に関連して、水泳のスタートの指導力に着目し、教員養成段階における指導法の獲得について検証している。これらの先行研究に共通して、指導者の指導技術や知識を向上させる必要性を述べている。

他方、教員養成段階における学生の泳力の向上についても課題とする先行研究もなされている。花井ら（2016）は、保健体育科教諭やスポーツ指導者を目指す学生のうち、43パーセントの学生の泳力が25m未満であることを事例的に報告した。また、田場ら（2017）は、生涯スポーツとして最終的な教育機関となりうる大学における水泳指導の充実を指摘している。そして、上記の先行研究双方とも、「水泳経験の乏しさ」と、「環境の充実」が学生の泳力に大きく影響すると指摘している。

徳山大学における教員養成は2008年からカリキュラムがスタートし、多くの学生が中学校・高等学校保健体育科教諭の取得に向けて学修している。しかし、本学にプール設備がなく、近隣のスポーツクラブや協力校の設備を拝借して水泳の講義を展開している。また、授業の目標として水泳の技能向上と知識の獲得と実践力の育成を掲げて実施されているが、履修者が指導する立場としてそれらを身につけているとは言い切れない現状がある。つまり、泳力の高低に関わらず、各泳法の指導ポイントやその具体的な指導法、さらには想定される児童生徒のつまずきの種類について理解するに至っておらず、学校現場における指導に直結する学修が必要であることが予想される。先述のとおり、日本の学校現場における水泳指導の課題を鑑みると、水泳の講義に合わせて、指導力の向上に寄与する指導や教材を作成することで、本学における教員養成の質の保証につながると考えられる。

## II. 目的

上記のとおり、日本の学校教育における水泳指導の現状から、教員養成段階

から学生の泳力の保証をするとともに、指導技術やそれに関連する知識を習得させる必要があると考えられる。当然、保健体育科教諭の教員養成課程を持つ本学においてもそれは同様であるが、プール施設を有さないため、その質の保証は重要な課題である。そこで本資料は、学校体育における水泳指導の技術と知識を教員養成段階の学生に習得させるための視覚教材の作成に向けて、その内容について検討することを目的とする。

### Ⅲ. 方法

本資料は、水泳指導経験を有する大学教員1名と、モデル学生2名の協力を得て実施した。事前に協力教員と協議して作成した水泳における指導ポイント(表1)をもとに動画の撮影を行った。撮影時期は2016年8月である。撮影した動画から、学校体育における水泳指導の技術と知識を教員養成段階の学生に習得させるための視覚教材の作成を行う。

### Ⅳ. 結果

#### 1. 水泳における指導ポイントについて

水泳における指導ポイントは、各泳法とそれにつながる段階的な運動の指導ポイントをまとめたものである。それぞれの項目については以下のとおりである。

##### a-1. 蹴伸び

①頭の位置(視線)、②うで、③足首、④姿勢矯正に関する指導方法

##### a-2. 蹴伸び + キック

①かべを持つてのキック(壁の持ち方)、②足首、③頭の位置を含めた姿勢

##### a-3. 息継ぎなしクロール

①陸上における手の指導、②水中(立位)における手の指導、③腕の動きについて

**a-4. 息継ぎありクロール**

①陸上における手と息継ぎの指導、②水中（立位）における手と息継ぎの指導、③頭の位置、④肩の位置

**b-1. 背面蹴伸び（+キック）**

①腰の位置、②スタートの仕方について、③足首のかたち

**b-2. 背泳ぎ**

①陸上指導1（気をつけ姿勢を基本に）、②水中指導1（気をつけ姿勢を基本に）、③陸上指導2（肩の動きを基本に）、④水中指導2（肩の動きを基本に）、⑤体幹のブレと姿勢（あご・おしり）

**c. 平泳ぎ**

①足の動き（あおり足・固まった足）、②腕と足のタイミング、③姿勢（伸びの姿勢）、④足の動き指導方

**d. バタフライ**

①体の動き指導方（水中指導）、②ビート板をもってキック（頭と足の動き）、③陸上指導（腕のうごきと頭と姿勢）、④姿勢（頭）

**e. ターン**

①ターン前の姿勢、②体の動かし方

各項目において、理想とされる動作のポイントに加えて、児童生徒が実施する際につまずきが生じると予想されるポイントについて整理した。なお、これらは専門性を持った大学教員との協議のもとに作成している。

表1. 水泳における指導ポイントリスト

項目(泳法)	指導ポイント	指導方法撮影の有無
a-1.蹴伸び	①頭の位置(視線)	
	②うで	
	③足首	
	④姿勢矯正に関する指導方法	指導方法撮影の有
a-2.蹴伸び+キック	①かべを持つてのキック(壁の持ち方)	
	②足首	
	③頭の位置を含めた姿勢	
a-3.息継ぎなしクロール	①陸上における手の指導	指導方法撮影の有
	②水中(立位)における手の指導	指導方法撮影の有
	③腕の動きについて	
a-4.息継ぎありクロール	①陸上における手と息継ぎの指導	指導方法撮影の有
	②水中(立位)における手と息継ぎの指導	指導方法撮影の有
	③頭の位置	
	④肩の位置	指導方法撮影の有
b-1.背面けのび +キック	①腰の位置	指導方法撮影の有
	②スタートの仕方について	
	③足首かたち	
b-2.背泳ぎ	①陸上指導1(気をつけ姿勢を基本に)	指導方法撮影の有
	②水中指導1(気をつけ姿勢を基本に)	指導方法撮影の有
	③陸上指導2(肩の動きを基本に)	指導方法撮影の有
	④水中指導2(肩の動きを基本に)	指導方法撮影の有
	⑤体幹のブレと姿勢(あご・おしり)	
c.平泳ぎ	①足の動き(あおり足・固まった足)	
	②腕と足のタイミング	
	③姿勢(伸びの姿勢)	
	④足の動き指導方	指導方法撮影の有
d.バタフライ	①体の動き指導方(水中指導)	指導方法撮影の有
	②ビート板をもってキック(頭と足の動き)	指導方法撮影の有
	③陸上指導(腕のうごきと頭と姿勢)	
	④姿勢(頭)	
e.ターンについて	①ターン前の姿勢	指導方法撮影の有
	②体の動かし方	指導方法撮影の有

## 2. 動画の撮影について

上記の指導ポイントの各項目において、動画の撮影を行った。

撮影した動画は、「理想とされる動作の動画」と、「予想されるつまずきを表す動画」の2種類である。また、指導をする側の教材とする観点から、水中から動作を撮影したものと、陸上から動作を撮影したものの2パターンを撮影した。

実演者は、水泳の経験が十分にあり指導歴についても有する者1名、自己判断として平均的な泳力を有するとするもの1名、自己判断として比較的泳力に自信がないとするもの1名の協力を得て実施した。

### 3. 視覚教材の作成について

撮影した動画は、系統性を考慮してひとまとまりの動画として編集し、視覚教材としてまとめた。

視覚教材は、表1. に示した順番で収録されるよう編集を行った。

動画の構成としては、①理想とされる動作（指導ポイント）の動画（図1）、②予想されるつまずきを表す動画（図2）、③理想とされる動作の動画と予想されるつまずきを比較する動画を2画面で再生する動画（図3）、の3段階で再生される。指導方法についての動画は、陸上からの視点で撮影した動画も含めている（図4）。



図1. 理想とされる動作（指導ポイント）の動画（キャプチャー）

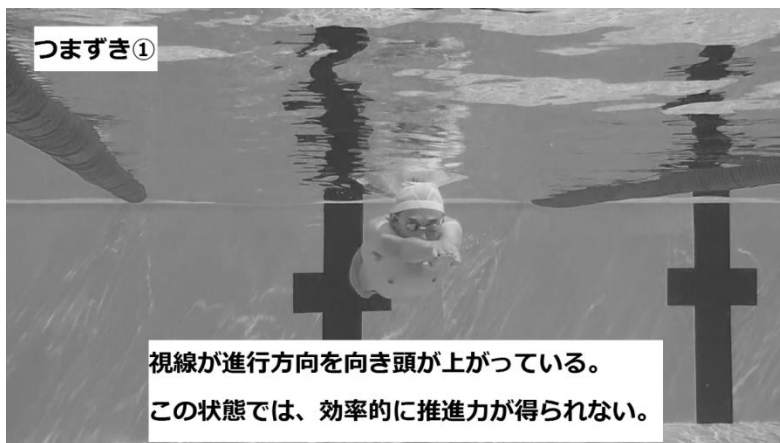


図2. 予想されるつまずきを表す動画（キャプチャー）

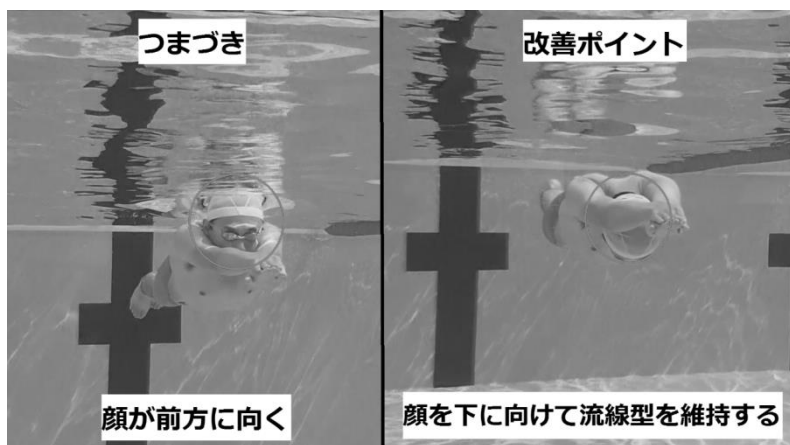


図3. 理想とされる動作の動画と予想されるつまずきを比較する動画  
(水中キャプチャー)



図4. 理想とされる動作の動画と予想されるつまずきを比較する動画  
(陸上キャプチャー)

## V. 今後の展望

本資料は、学校体育における水泳指導の技術と知識を教員養成段階の学生に習得させるための視覚教材の作成に向けて、その内容について検討することを目的として実施したものである。

内容としては、視聴者の泳力を向上させるものとしてではなく、児童生徒を主たる対象として指導する際の参考となるよう、指導のポイントや予想される児童生徒のつまずきについてまとめている。そのため、指導者側の泳力の高低に関わらず有用となるものであると考えられる。

今後、視覚教材の確立に向けて検討が必要な点として、作成した内容の有効性を検証することが挙げられる。今回作成したものは、専門性を有する大学教員との協議のもと作成しているため、一定の妥当性は確保されているものであると考えられる。しかし、その収録されている動画は適切に撮影されているものであるかは、検討の余地がある。また、視聴者の水泳の指導力向上を意図して作成していることから、本教材を用いた際の指導者の変容についても検証することは必須である。



今後も継続して作成をし、教員養成段階における学生の、水泳指導の指導力向上に貢献できる教材を作成したい。

#### 【引用・参考文献】

- ・ 文部科学省（2008） 中学校学習指導要領解説 保健体育編. 東山書房：東京
- ・ 文部科学省（1961） スポーツ振興法.
- ・ 文部科学省（2014） 学校体育実技指導資料第4集「水泳指導の手引（三訂版）」. [http://www.mext.go.jp/a\\_menu/sports/jyujitsu/1348589.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/jyujitsu/1348589.htm) (2017年9月26日参照)
- ・ 寺本主輔・家崎仁成・古田理郁・平野雅巳・村松愛梨奈・三浦唯・瀧本歩（2017）「小学校水泳授業の現状と児童および教員の意識に関する検討」. 『教科開発学論集』, 5 : 79-86.
- ・ 金沢翔一・森山進一郎・北川幸夫（2016）「一般女子大学生を対象とした水泳スタート動作指導法の基礎的研究」. 『日本女子体育大学紀要』, 46 : 25-33.
- ・ 花井篤子・小林猛夫・中村恵・高屋敷享子（2016）「北翔大学水泳授業におけるスポーツ専攻学生の水泳能力と指導法」. 『北翔大学生涯スポーツ学部研究紀要』, 7 : 73-78.
- ・ 田場昭一郎・平野雅巳・松波勝・佐藤功一・山口祐一朗（2017）「大学の水泳教育に関する実態調査：福岡大学スポーツ科学部の学生の泳力について」. 『福岡大学スポーツ科学研究』, 47 (2) : 11-22.