

# 北海道高等学校における水泳授業について考える

田川 芳紀  
瀧元 誠樹

## 1. はじめに

札幌大学において「水泳」の講義（専門実技科目）を開設して以来、担当教員から毎年のように授業開始時には学生の泳力が低いことに驚いているという声を聞いてきた。まったく泳げない学生も一定数いるとのことである。当該科目は、保健体育教員養成のためにも、一定の泳法と泳力はもとより、安全管理技術の知識と指導方法を身につけることを目的としている。そのため受講生のほとんどが保健体育教員を目指しているいわゆるスポーツ系の学生にもかかわらず、「泳げない」というのだから驚きである。「泳げない」学生の声を聞くと、その理由はおおむね「水泳の授業を受けていない」、「泳げるようになるための水泳をしたことがない」とのことである。はたして、その実態はどのようなのだろうか。

総務省統計局による2006年調査によれば<sup>(1)</sup>、北海道の公立高校におけるプール設置率は28.3%で都道府県別では38番目であり、全国平均は62.7%となっている。それが、中学校においては、全国平均が73.0%のところ5.4%であり最低のプール設置率となっている。寒冷地である北海道では、水泳授業実施の基準<sup>(2)</sup>のプール水の温度を原則となる22度以上に管理していく難しさがある。冬季における積雪や凍結からプール施設を守ることも、プール設置の難しさにつながるのだろう。いずれにせよ、これでは水泳の授業が十全に行われていないのではないかと推察できる。学校以外のプール施設を利用して授業を行っていることを勘案しても、である。

水泳の授業は、学習指導要領において地域や学校の実態を踏まえて選択して履修できるように求められている<sup>(3)</sup>。このことから、寒冷地である北海道の実情をかんがみ水泳授業の方法をあらためて模索する必要性がある。

そこで、本稿では、北海道高等学校長協会体育部会・他によって行われた「水

泳学習に関する調査研究報告書 ～寒冷地の高等学校における効果的な水泳学習の在り方～」（以下、「水泳学習に関する調査研究」とする）<sup>(4)</sup>をもとに北海道における水泳授業の実態を把握し、寒冷地における水泳授業の工夫を試みたい。それにより、本学における「水泳」ならびに「保健体育科教育指導法」の講義における資料とし、検討を重ねることで北海道における水泳授業をより良いものにするための「授業づくり研究」<sup>(5)</sup>を進めていきたい。

## 2. 北海道の水泳授業の実態

「水泳学習に関する調査研究」は、寒冷地の高等学校における効果的な水泳学習の在り方について検討することを研究主題とし、北海道高等学校長協会加盟の全ての高等学校を調査対象としてアンケートを実施してまとめられたものである。表1にあるように、アンケートは道立高校78.8%にあたる190校、市町村立高校の82.1%にあたる32校、私立高校の56.4%にあたる31校から回収されている。全道335校のうち75.5%にあたる合計253校から回収できている。

寒冷地の高等学校における効果的な水泳学習の在り方についての調査研究を行ったところ、以下にあげる課題が明らかとなっていた。さらにこれらの課題解決の方策についても検討し、具体策について提案していくこととしていたので、学校の実践に活用されることを期待するとともに、関係機関や団体等の皆様には必要な方策についての検討を希求している。本章では、この「水泳学習に関する調査研究」をもとにしてあらためて要点をまとめて北海道の水泳授業の実態を把握していく。

表1 調査対象校およびアンケート回収状況（本稿における表は、すべて「水泳学習に関する調査研究」をもとに筆者作成）

設置者 地域	道立			市町村立			私立			合計		
	対象	回収	率	対象	回収	率	対象	回収	率	対象	回収	率
道南	50	31	62.0	10	9	90.0	13	4	30.0	73	43	60.30
道央	84	76	90.5	14	12	85.7	29	16	55.2	127	104	81.90
道北	42	27	64.3	6	6	100.0	6	4	66.7	54	37	68.50
道東	65	56	86.2	9	5	55.6	7	7	100.0	81	69	84.00
合計	241	190	78.8	39	32	82.1	55	31	56.4	335	253	75.50

(1) 学校プールの設置について

北海道高等学校では、表2に示しているように道立、市町村立、私立合わせて60校、全体の23.7%がプールを設置している。平成15年の全国調査結果64.9%と比べると極めて低い設置率であり、中でも私立高校には学校プールを設置している学校はなかった。「水泳学習に関する調査研究」では未設置校に今後の設置希望を聞いていたが、積極的に設置を希望する学校は193校中わずかに11校の5.7%にとどまっていたという。

また、設置されている学校プールは全てビニールシートによる上屋が架かっており、表3に示しているように、上屋の取り付けから授業開始までの期間は、15～29日を要しているのが18校、30～44日を要しているのが15校あった。表4で示したように、水泳学習実施期間中のプール室温の平均が31.0度、水温の平均は26.9度、室温と水温を足すと57.8度まで上げられていた。夏季に日照時間の短い北海道では、1か月から2か月程度かけて水泳授業を行うのに適した状況になるように工夫している。

表2 学校設置者別地域別のプール設置状況

地域	設置者	道立		市町村立		私立		合計	
		設置	未設置	設置	未設置	設置	未設置	設置	未設置
道南	校数	10	21	1	7	0	4	11	32
	率	32.3	67.7	12.5	87.5	0.0	100.0	26.6	74.4
道央	校数	25	51	1	11	0	16	26	78
	率	32.9	67.1	8.3	91.7	0.0	100.0	25.0	75.0
道北	校数	7	20	0	6	0	4	7	30
	率	25.9	74.1	0.0	100.0	0.0	100.0	18.9	81.1
道東	校数	16	40	0	6	0	7	16	53
	率	28.6	71.4	0.0	100.0	0.0	100.0	23.2	76.8
合計	校数	58	132	2	30	0	31	60	193
	率	30.5	69.5	6.3	93.7	0.0	100.0	23.7	76.3

表3 上屋の取り付けから授業開始までの期間

地域	項目	14日以内		15～29日以内		30～44日以内		45～59日以内		60日以上		未答	合計
		校数	率	校数	率	校数	率	校数	率	校数	率		
道南		1	9.1	3	27.3	3	27.3	0	0.0	2	18.2	2	11
道央		0	0	9	36.0	6	24.0	3	12.0	2	8.0	5	25
道北		0	0	3	42.9	2	28.6	1	14.3	0	0.0	1	7
道東		0	0	3	17.6	4	23.5	2	11.8	2	11.8	6	17
合計		1	1.7	18	30.0	15	25.0	6	10.0	6	10.0	14	60

表4 水泳学習実施期間中のプールの室温、水温、室温＋水温の状況

項目	地域	道南	道央	道北	道東	全道
	室温	最高	41.0	45.0	48.0	50.0
最低		17.0	14.0	21.0	18.0	17.0
平均		29.7	31.6	31.6	30.5	31.0
水温	最高	33.0	34.0	33.0	35.0	35.0
	最低	19.0	19.0	20.0	21.0	19.0
	平均	26.1	27.1	27.0	27.3	26.9
室温＋水温	最高	77.0	79.0	76.0	82.5	82.5
	最低	41.0	40.0	45.0	42.0	40.0
	平均	55.7	58.8	58.8	57.3	57.8

表5 プール設置校における簡易温水設備の設置状況

地域	道南	道央	道北	道東	合計
プール設置校	11	26	7	16	60
簡易温水設置校	5	10	3	6	24
設置率	45.5	38.5	42.9	37.5	40.0

さらに表5に示したように「水泳学習に関する調査研究」では、学校プール設置校のうち簡易温水設備が施されている学校が40%という結果が出た。この数値に驚き、数校に設置の内容を尋ねたところ、簡易温水設備とは温水シャワー装置であってプールの水温を上昇させるだけの出力のある設備ではないものであることが分かった。これについては質問の設定の仕方にミスが認められるけれども、かえって水泳学習の取組に苦慮している実態が窺えた。

## (2) 水泳授業の必要性について

表6に示したように、北海道高等学校における水泳学習の実施状況は、64校25.3%の学校が教科をはじめ特別活動や部活動を実施していた。学校プールを

表6 学校設置者別水泳学習実施状況

	道立		市町村立		私立		合計	
	校数	率	校数	率	校数	率	校数	率
道南	9	29	3	33.3	0	0	12	27.9
道央	25	32.9	0	0	1	6.3	26	25
道北	6	22.2	2	33.3	0	0	8	21.6
道東	16	20	1	20	1	14.3	18	26.1
合計	56	18.8	6	18.8	2	6.5	64	25.3

設置していない私立高校でも2校が水泳学習を実施していた。ただし、64校のうち科目「体育」で実施している学校は60校となっていた。全国統計が入手できなかったので一概には言えないが極めて低水準であると予想できる。表7に示したように、北海道において水泳学習を必要と考える校長は約半数の48.2%、全く必要ないとする校長はわずか2.8%であることが明らかとなっている。さらに、表8に示したように、水泳学習未実施校にその理由を確認してみると、学校や近隣にプールや水泳学習のできる場がないことを理由に挙げているのが69.3%と最も多い。

また、近年の水難事故は毎年1,400件ほど発生しており、死者・不明者数は800名ほどであり、その内の子どもは1割にもものぼる<sup>(6)</sup>。尊い子どもの命が泳げなかったばかりに失われていることも見過ごせない。

さらに、近年の健康志向に伴う水泳人気も生涯スポーツを目指す学校体育としては今後一層重視していく必要があると考える。

表7 水泳学習の必要性（学校長回答）

地域	大いに必要ある		必要ある		どちらとも言えない		あまり必要ない		全く必要ない		未回答
	校数	率	校数	率	校数	率	校数	率	校数	率	
道南	6	14	16	37.2	14	32.6	7	16.3	0	0.0	0
道央	5	4.8	33	31.7	35	33.7	26	25.0	2	1.9	3
道北	1	2.7	12	32.4	9	24.3	13	35.1	2	5.4	0
道東	4	5.8	21	30.4	19	27.5	21	30.4	3	4.3	1
合計	16	15.8	82	32.4	77	30.4	67	26.5	7	2.8	4

表8 水泳学習未実施校の理由

		道南	道央	道北	道東	合計
学校にプールなく 近隣にも水泳場なし	校数	20	57	19	35	131
	率	64.5	74	65.5	67.3	69.3
学校にプールあるが 気候的に使えない	校数	0	0	1	3	4
	率	0	0	3.4	5.8	2.1
学校にプールあるが 気候的に実施困難	校数	2	0	2	1	5
	率	6.5	0	6.9	1.9	2.6
その他	校数	4	8	4	5	21
	率	12.9	10.4	13.8	9.6	11.1
未回答	校数	5	12	3	8	28
	率	16.1	15.6	10.3	15.4	14.8
合計	校数	31	77	29	52	189

※率は未実施校に対する割合

### (3) 水泳授業時数の確保について

表9に示したように、授業開始日が最も早い学校は道東地域の学校で「5月第1週」となっており、最も遅く開始したのは夏休み明けの「8月第4週」が道南・道央・道東地域に5校あった。道央・道南地域は、道東・道北地域と比べて早く授業が開始されているようである。にもかかわらず、道北では8月第4週に12・5%、9月第1週に50%の学校で授業を終了しており、夏休み明け早々に水泳授業を終えている。道東地域でも9月第1週までに29.7%の学校が授業を終了しており、道東・道北地域は気候上の理由により、水泳授業数が短いと思われる。

そこで、地域別・学年別の授業時数を確認してみると、表10で示しているよ

表9 水泳学習実施校における授業開始日および終了日

項目	道南		道央		道北		道東		合計		
	校数	率	校数	率	校数	率	校数	率	校数	率	
開 始 日	5月3週						1	5.9	1	1.6	
	5月6週		1	4.2					1	1.6	
	6月1週	1	8.3						1	1.6	
	6月2週			3	12.5	1	12.5		4	6.6	
	6月3週	3	25.0	3	12.5	2	25	1	9	14.8	
	6月4週			3	12.5	1	12.5	1	5	8.2	
	6月5週			5	20.8	2	25	2	9	14.8	
	7月2週	3	25.0	6	25.0	1	12.5	3	13	21.3	
	7月3週	3	25.0	1	4.2	1	12.5	4	9	14.8	
	8月3週	1	8.3					2	3	4.9	
	8月4週	1	8.3	1	4.2			3	5	8.2	
	その他			1	4.2				1	1.6	
	合計	12		24		8		17		61	
	終 了 日	7月1週		1	4.2					1	1.6
8月4週		1	8.3	1	4.2	1	12.5	2	5	8.2	
8月5週		1	8.3	2	8.3			1	4	6.6	
9月1週		1	8.3	6	25.0	4	50.0	2	13	21.3	
9月2週		3	25.0	7	29.2	1	12.5	3	14	23.0	
9月3週		3	25.0	4	16.7	1	12.5	5	13	21.3	
9月4週		2	16.7	1	4.2			1	4	6.6	
9月5週				1	4.2			2	3	4.9	
10月2週		1	8.3						1	1.6	
10月5週								1	1	1.6	
その他				1	4.2	1	12.5		2	3.3	
合計		12		24		8		17		61	

※部活動で実施した3校は除いた

※道央の開始・終了日の「その他」は小樽水産高校で屋内プールでの実施である

※道北の終了日のその他は台風被害のため途中で取りやめたものである

表10 地域別学年別授業時数

地域	1年生				2年生				3年生				全体	
	校数	最長	最短	平均	校数	最長	最短	平均	校数	最長	最短	平均	校数	平均
道南	12	15	6	9.3	12	20	6	9.3	10	20	6	9.5	12	9.4
道央	21	50	2	11.9	20	50	5	12.1	11	45	2	14.7	21	12.6
道北	8	12	4	6.9	8	8	4	6.1	7	19	5	8.3	8	7.0
道東	17	20	2	8.5	15	16	2	7.7	13	16	2	8.0	17	8.1
全体	58	50	2	9.7	55	50	2	9.4	41	45	2	10.9	58	9.7

うに、最も多くの授業時数をあてているのは道央地域で平均すると12.6時間、最も少ないのは道北地域で平均すると7.0時間であり、5時間以上もの差が見られた。最長となると1年生2年生ともに道央では50時間あてている高校が見られる、その一方で道北では1年生が12時間、2年生は8時間しかあてられていない。やはり、道央・道南地域のほうが授業時間数を長く確保していることがわかる。

#### (4) その他

北海道においては、一千名を越える高等学校の体育科教員がいる中で水泳を専門とする教員はわずか7名であり、そのうち3名は水泳学習未実施校に勤務しており、十分にその専門性を活用するに至っておらず、中心となる推進役も見あたらない。

また、学校は災害時において地域住民の避難所としての役割を果たす必要があるが、その際水は極めて重要であり、プールの水も各種生活用水として貴重な役割を果たすことが考えられる。このため、今後学校プールには浄水装置の設置も考慮する必要がある。

### 3. 寒冷地における水泳学習の工夫

北海道の水泳学習に関する実態から、プールの設置及び温水施設等の施設設備の問題、また、プールを快適に使用できる期間の短さや授業時数の確保の問題、専門的指導者の不足及び学習内容の改善の必要性などの課題があり、水泳学習の環境は他の都府県とは大きく異なる。そうした状況のなかで学習指導要領に示された「泳法を身に付け、速く泳いだり、長く泳いだりする」といった本来の目標を達成することは容易ではないと思われる。

また、水難事故についても、必ずしも泳力が高ければ防げるとは限らないこともあることから、水の特性や水中で行う運動の特性を理解すること、更に水中での様々な運動を通じて体力の向上とともに水中運動の楽しさや喜びを味わわせることが最も大切である。

こうしたことから、「寒冷地における水泳授業の工夫」として、学習指導要領に示された「水泳」における各種泳法の習得に特化するのではなく、「体づくり運動」における「体ほぐし運動」や「体力を高める運動」を積極的に取り入れるとともに、科目保健の「応急手当」との関連を考慮した単元の工夫を試みた。

## I 単元名 「水泳」

### II 水泳の運動の特性

#### (1) 一般的特性

水泳は、水中において浮く、進む、呼吸するなどの技能によって成立している運動であり、各種の泳法を身に付け、速く泳いだり、長く泳いだり、競い合ったりする楽しさや喜びを味わうことができる運動である。また、泳ぎ方を身に付けていくための克服型・達成型の運動でもある。しかし、水を媒体とすることから、陸上の運動に比較すると呼吸ができない、支持点がないなど、運動の環境や条件が大きく異なっている。

#### (2) 生徒の特性

北海道高等学校での水泳学習実施の実態から、「泳げない」生徒が男子12.7%、女子22.7%であり、息継ぎをしなければ続かない距離である「25m以上泳げる」生徒は、男子46.5%、女子32.2%であることから、本道高校生の泳力は低いことが窺える。

### III 学習活動の様相

本道の高校生は、「泳げない」または「25mまで泳げる」を合わせると男子で53.4%、女子で68.1%と、水泳が苦手と感じている生徒が多いと考えられる。また、水泳授業は、コースロープで区切られた狭いコースを泳がされ、「楽しかった水遊び」の経験知とともに「苦しい、寒い、つまらない」などというマイナスの経験知を合わせ持っている生徒が多いと考えられる。

こうしたことから、目標にある「泳法を身に付け、速く・長く泳ぐこと」も大切ではあるが、水辺において楽しくかつ安全に活動し、そうした経験を通じて豊かで健康的な生活を送るための活力となるような「水泳」の授業が



求められる。このため、プールを縦横無尽に泳いだり歩いたりしながら、水中でしかできない運動について創意工夫を行い、「楽しかった」、「また、やってみたい」と思わせるプラスの経験を積み重ねていく学習活動の展開が必要である。

また、入学年次は「器械運動」、「陸上競技」、「水泳」、「ダンス」の中から1つ以上の領域を選択。それ以降の年次では、「器械運動」、「陸上競技」、「水泳」、「ダンス」、「武道」、「球技」の中から2つ以上の領域を選択させることになっており、水泳を選択した生徒はある程度の泳力を有する者か、他の領域が苦手なので水泳を選択した者が混在していると考えられる。

#### IV 単元の目標

(1) 次の運動について、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、自己に適した泳法の効率を高めて、泳ぐことができるようにする。【運動の技能】  
ア クロールでは、手と足、呼吸のバランスを保ち、伸びのある動作と安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすること。

イ 平泳ぎでは、手と足、呼吸のバランスを保ち、伸びのある動作と安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすること。

ウ 複数の泳法で長く泳ぐこと又はリレーをすること。

(2) 水泳に主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとする事、合意形成に貢献しようとする事などや、水泳の事故防止に関する心得など健康・安全を確保することができるようにする。

【関心・意欲・態度】

(3) 技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解し、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。【知識・理解】【思考・判断】

## V 単元の評価規準

### (1) 水泳

	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
単元の評価規準	水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、自己の責任を果たそうとすることなどや、水泳の事故防止に関する心得など健康・安全を確保して、学習に自主的に取り組もうとしている。	生涯にわたって水泳を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。	水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。	技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。

## VI 単元計画

### (1) 学習過程（入学年次）

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
学習の流れ	10分	共通メニュー（準備運動・補強運動・学習内容の確認）													
	20分	オリエンテーション	ねらい1				ねらい2				記録会	着衣泳等			
	30分		体づくり運動			泳法の基本的な技能の習得		グループ練習							
	40分														
	50分		共通メニュー（整理運動・振り返り・後片付け）												
												まとめ			

- ・ねらい1 水に慣れるとともに、泳法の基本的な技能を習得する。
- ・ねらい2 選択した泳法の技能を高める。

#### ア 「体づくり運動」（含む体ほぐし運動）の一例

水泳の楽しさは「水遊び」にあることから、仲間と一緒に水を介して心地よい経験を数多く持たせることが大切である。そのことが、生涯スポーツや水辺活動における安全確保に繋がることになる。

- ①水中ウォーク～全員で縦に並び、プールサイドに沿って歩く。水流（渦巻き）が生じたら方向を替え、水の抵抗や水流の特性を理解する。

- ②股下くぐり ～バディの股の下をくぐり抜ける。人数を増やしたり連続したりして行うなどして、息止め、息継ぎの要領を身に付ける
- ③アクアビクス～テンポの良い音楽をかけリズムに合わせて様々な運動を行う。水中でのバランスと水の抵抗を利用して筋力及び心肺機能の向上を図る。
- ④水中バレーボール～プール中央にネット（ロープ）を張り、2チームに分かれバレーボールを行う。
- ⑤水中ポートボール～2チームに分かれ、泳いだり、歩いたりして、パスを繋ぎながらゴールマンに投げ渡す。
- ⑥水中演技（ミニシンクロ）～グループで泳ぐ、浮くなどして音楽に合わせた演技を創作し、発表し合う。

#### イ 「泳法の基本的な技能の習得」

クロール及び平泳ぎを指導し、手と足、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができるようにする。

- ・クロールでは、プルとキックのタイミングに合わせて呼吸を行いローリングをしながら伸びのある泳ぎを目指す。
- ・平泳ぎでは、プルとキックのタイミングに合わせて呼吸1回ごとに大きな伸びのある泳ぎを目指す。

#### ウ 「グループ学習」

泳法別にグループ分けを行い、個々の課題を出し合いお互いに助言し合いながら泳法の技能の向上を目指す。

#### エ 「着衣泳と救助法」

プールの衛生管理の都合上、最終日に設定した。ここでは、着衣による水中対処方法及び泳がないで溺者を救助する方法を体験させるとともに、保健において心肺蘇生法を学習する。

- ①着衣による水中歩行
- ②着衣による平泳ぎ、クロール、立ち泳ぎ、エレメンタリーバックストローク
- ③着衣の中に空気を入れて浮力を作り出す
- ④ペットボトル、バケツ、長靴、ビニール袋を浮き代わりに使用する
- ⑤溺者発見時の対処方法や身辺の物品を利用して救助する方法を体験する

エ 事故防止対策

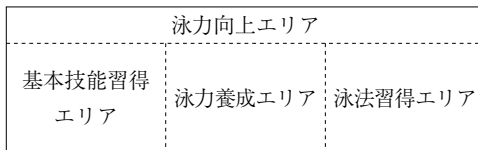
- ①設備の点検、授業時の気温・水温の管理（水温23℃以上を目途とする）
- ②授業における約束事や心得の徹底
- ③パデイステムの理解と徹底、見学者の役割確認
- ④生徒の泳力及び当日の健康状態の確認
- ⑤緊急時の連絡体制等、救急体制の点検

(2) 施設・用具等

・施設・用具

プール（25m×7）、コースロープ、ビート板、ヘルパー、ボール、ペットボトル、学習ノート

・プール使用の一例（ねらい2）



(3) 指導計画と評価規準

項目 時間	ねらい・学習活動	指導上の留意点	学習活動における具体的評価規準			評価方法
			関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	
導入 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>○オリエンテーション</li> <li>・学習の進め方</li> <li>・泳泳の特性について</li> <li>・注意事項の確認</li> <li>○事前アンケート記入</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・水泳授業が安全に進められるよう、約束事、心得等について丁寧に説明する。</li> <li>・パデイステムについて理解させ、実践できるようにする。</li> <li>・見学者の役割を理解させる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①水泳の事故防止の約束事や心得を守り、練習上でのルールを守るなど、お互いの健康・安全に留意しようとしている。</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>①水泳の事故防止の約束事や心得、練習のルールについて、言ったり書き出したたりしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>【関①】観察</li> <li>【知①】観察</li> </ul>
展開 2 7	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ねらい1 水に慣れ、泳法の基本的な技能を習得する</li> <li>○各種の水中運動の実践を通して水に慣れ、運動の特性を理解する。</li> <li>・水中での体づくり運動</li> <li>・水中でのボールゲーム</li> <li>・シンクロ発表</li> <li>○泳法の基本技能の習得</li> <li>・息継ぎ、キック、プル</li> <li>・クロール、平泳ぎの技能</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・水に対する苦手意識や恐怖心を持たせないよう、楽しみながら取り組ませる。</li> <li>・ビート板を使った基本練習を重点的に行う。（パダ足、呼吸法など）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①水中での運動や水泳の学習に主体的に取り組もうとしている。</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>①泳法の基本的な技能を身に付け、泳くことができる。</li> <li>①水中運動や水泳の特性について言ったり、書き出したたりしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>【関①】観察</li> <li>【技①】観察</li> <li>【知①】観察</li> </ul>
8 11	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ねらい2 選択した泳法の技能を高める。</li> <li>○グループング</li> <li>○グループごとに課題解決学習</li> <li>○記録会</li> <li>・選択した泳法で能力に応じて25～50mを測定</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・グループにより、それぞれの課題を明確し、助言し合いながら課題解決に向けて協力して練習させる。</li> <li>・自己の能力を踏まえた目標を設定させ、グループで協力しながら測定させる。</li> <li>・水中スタート</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①選択した泳法で速く泳いだり、長く泳いだりする水泳の楽しさや喜びを味わおうとしている。</li> <li>②練習や競泳の場面で、仲間と互いに協力し合ったり、励まし合ったりしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①自分の能力に応じた目標を記録や課題を定めている。</li> <li>②練習の進捗を考慮し、練習内容を見直し、新しい課題を選んだりしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①自分の能力に応じた泳法で、速く泳いだりするることができる。</li> <li>②選択した泳法について特徴的な動作を身に付けている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>【関①】観察</li> <li>【関②】ノート</li> <li>【習①】ノート</li> <li>【習②】ノート</li> <li>【技①】観察</li> <li>【技②】観察</li> <li>【知①】ノート</li> </ul>
まとめ 12	<ul style="list-style-type: none"> <li>○着衣泳</li> <li>○救助法</li> <li>○事後アンケート記入</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体験を通して着衣泳の特性を理解させる。</li> <li>・身近な物が浮きの代わりになることを体験させる。</li> <li>・溺者の救助の仕方について理解させる。</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>①着衣の状態ですぐに浮くことができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>【関①】観察</li> <li>【知①】観察</li> <li>【知②】ノート</li> </ul>

(4) 本時の指導計画 (12時間中3時間目)

<本時のねらい>

- ・ ボールゲームを通じて運動量を確保するとともに水中での運動特性を理解する。
- ・ クロールの基本技能を習得する。

時間	学習活動・内容	教師の指導・支援及び評価
導入 (10分)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○あいさつ、出欠・健康確認</li> <li>○本時の説明</li> <li>○準備運動</li> <li>○パディ確認</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇コースロープの撤去やボール、ビート板などの用具を事前に確認する。</li> <li>◇パディシステムを確認するよう指導する。</li> </ul>
展開 (30分)	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">                     ねらい1：水に慣れるとともに、泳法の基本的な技能を習得する。                 </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>○体ほぐし運動 (5分)                         <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 水中歩行、いるか跳び</li> </ul> </li> <li>○水中ポートボール (10分)                         <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 2チームに分かれポートボール</li> </ul> </li> <li>○基本技能の練習(クロール) (15分)                         <ul style="list-style-type: none"> <li>①キックと呼吸法を練習                                 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ プールサイドに座ってバタ足</li> <li>*やや内股にして親指同士が触れるようにバタ足</li> <li>・ ビート板を使ってバタ足の練習</li> <li>*股関節から脚がしなるように動かし、足の甲で水をとらえる</li> <li>・ ビート板を使って呼吸の練習</li> <li>*右手を伸ばし右耳を腕に付ける</li> </ul> </li> <li>②ストロークの説明と基本練習                                 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ プールに立ち、片手ずつ練習</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇見学者はプールサイドから観察、助言するよう指導する。</li> <li>◇仲間と楽しみながら行うよう助言</li> <li>◇水中での運動量を充分確保することに配慮する。</li> <li>◆【関心】 水中での運動を主体的に取り組み、楽しもうとしている</li> <li>◇パディで練習し、お互いの動作を確認させ、助言し合うよう指導する。</li> <li>◇動作が上手くできない生徒には、上手な生徒の模範を見せたり、教師が示範したりして動き方のアドバイスをする。</li> <li>◇パディが協力して行うように指導する。</li> <li>◆【技能】 泳法の特徴的な動きを身に付けている</li> <li>◇ストローク練習は次時に行うことを説明</li> </ul>
まとめ (10分)	<ul style="list-style-type: none"> <li>○学習ノート記入                         <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 本時の活動記録</li> <li>・ 自己評価</li> </ul> </li> <li>○健康観察、あいさつ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇技能習得の進度やノートへの記入状況を確認し、次時につなげる。</li> <li>◇健康観察を行い、安全に授業を行うことができたか確認する。</li> <li>◆【知識】 技能の構造について記述</li> </ul>

## 4. おわりに

本稿では、「水泳学習に関する調査研究」をもとに北海道における水泳授業の実態を把握し、寒冷地における水泳授業の工夫を試みた。それは、本学における「水泳」の受講生の泳力が低いことに端を発して、なぜここまで「泳げない」学生がいるのか、その実態把握をする必要性を感じたからである。寒冷地である北海道では、水泳の授業が十全に行われていないのではないかと推察できる。そして、水泳の授業は、学習指導要領において地域や学校の実態を踏まえて選択して履修できるように求められていることから、寒冷地である北海道の実情をかんがみた水泳授業の方法をあらためて模索する必要性があると考えたからである。

そこで、2章では、「水泳学習に関する調査研究」をもとに北海道における水泳授業の実態をまとめた。(1) 学校プールの設置については、道立、市町村立、私立合わせて60校、全体の23.7%がプールを設置していた。設置されている学校プールは全てビニールシートによる上屋が架けており、夏季に日照時間の短い北海道では、1か月から2か月程度かけて水泳授業を行うのに適した状況になるように工夫していることがわかった。(2) 水泳授業の必要性については、北海道において水泳学習を必要と考える校長は約半数の48.2%、全く必要ないとする校長はわずか2.8%であることが明らかとなった。(3) 水泳授業時数の確保については、道東・道北地域は気候上の理由により、道央・道南地域よりも水泳授業数が短いことがわかった。(4) その他として、北海道においては、水泳を専門とする教員はわずか7名しかいなかったこと、そして十分にその専門性を活用するに至っておらず、中心となる推進役も見あたらないことが明らかとなった。

北海道の水泳学習に関する実態から、プールの設置及び温水施設等の施設設備の問題、また、プールを快適に使用できる期間の短さや授業時数の確保の問題、専門的指導者の不足及び学習内容の改善の必要性などの課題を見出した。そうした状況のなかで学習指導要領に示された「泳法を身に付け、速く泳いだり、長く泳いだりする」といった本来の目標を達成することは容易ではないと思われる。

次に、3章では、「寒冷地における水泳授業の工夫」として、学習指導要領に示された「水泳」における各種泳法の習得に特化するのではなく、「体づくり運

動」における「体ほぐし運動」や「体力を高める運動」を積極的に取り入れるとともに、科目保健の「応急手当」との関連を考慮した単元の工夫を試みた。

本稿では、寒冷地である北海道での水泳授業をどのように作っていくのか考えるための授業づくり研究を試みたわけだが、学習環境をあらためて把握してみると、授業の目的や目標、内容や方法を問うことより、プール施設と授業時間数の確保の困難さが明らかになり大きな課題として積み残してしまった。

ただ、じつは「統計でみる都道府県・市区町村のすがた」<sup>(7)</sup>によると、公立高等学校プール設置率で北海道は38位に位置していた。寒冷地としての東北地方に着目すると、青森は41.1%で32位、岩手県63.3%で27位、宮城県83.5%で17位、秋田県79.3%で20位、山形県30.2%37位、福島県74.0%で24位となっている。むしろ、最もプール設置校が少ないのは、富山県で設置している公立高校はゼロとのことである。次いで島根県が11.9%、長崎県が14.9%、三重県が21.5%、広島県が25.7%となっている。つまり、北海道が寒冷地だからプール設置校が少ないとはいい難い。

したがって、プール施設と授業時間数の確保の課題を残しつつも、プール施設がない中でどのようにして水泳授業実施を推進していくのか、時間数が少ない中で有効な授業づくりが必要であろう。引き続き、「水泳の授業づくり研究」を進めていかなければならない。

## 5. 注および引用文献

- (1) 総務省統計局「統計でみる都道府県・市区町村の姿（社会・人口統計体系）」、[www.stat.go.jp/data/ssds/zuhyou/5-35.xls](http://www.stat.go.jp/data/ssds/zuhyou/5-35.xls) 参照
- (2) 厚生省生活衛生局長通知・衛企第45号「遊泳用プールの衛生基準について」平成4年、[http://www.mext.go.jp/b\\_menu/hakusho/nc/t19920428001/t19920428001.html](http://www.mext.go.jp/b_menu/hakusho/nc/t19920428001/t19920428001.html) 参照
- (3) 文部科学省「新学習指導要領・生きる力」高等学校学習指導要領、[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/new-cs/youryou/1304427.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/youryou/1304427.htm) 参照
- (4) 北海道高等学校長協会体育部会、北海道恵庭南高等学校体育科、北海道高等学校体育研究会、2005年。
  - 1 研究主題：「寒冷地の高等学校における効果的な水泳学習の在り方について」

- 2 調査対象：北海道高等学校長協会加盟の全ての高等学校335校（回答校253校）
  - 3 調査期間：水泳学習未実施校 平成16年7月5日から平成16年8月20日  
水泳学習実施校 平成16年度の水泳学習開始から終了まで
- (5) 授業づくり研究とは、高橋健夫によれば体育科教育の実践＝「授業研究」に対して方向を与える理論モデルを解釈学的に生み出そうとするものをいう。高橋健夫、他編著、『新版 体育科教育学入門』、大修館書店、2010年、p.5
- (6) 警察庁生活安全局地域課「平成24年中における水難の概況」2013年、[https://www.npa.go.jp/safetylife/chiiki28/h24\\_suinan.pdf#search=%E5%8C%97%E6%B5%B7%E9%81%93+%E6%B0%B4%E9%9B%A3%E4%BA%8B%E6%95%85%E7%B5%B1%E8%A8%88](https://www.npa.go.jp/safetylife/chiiki28/h24_suinan.pdf#search=%E5%8C%97%E6%B5%B7%E9%81%93+%E6%B0%B4%E9%9B%A3%E4%BA%8B%E6%95%85%E7%B5%B1%E8%A8%88)’ 参照
- (7) 総務省統計局「統計でみる都道府県・市区町村の姿（社会・人口統計体系）」、[www.stat.go.jp/data/ssds/zuhyou/5-35.xls](http://www.stat.go.jp/data/ssds/zuhyou/5-35.xls) 参照