

学校体育における水泳指導に関する基礎的研究

A Basic Study of Swimming instruction in Physical education

川上光宣¹⁾・中瀬古 哲²⁾・永橋 京³⁾

Mitsunori KAWAKAMI, Tetsu NAKASEKO, Miyako NAGAHASHI

要 旨

学校体育における水泳指導の実態と課題を検討するための基礎資料を得ることを目的として、学習指導要領並びに学校体育研究同志会の授業像（目的－内容－方法）を、検討するとともに、大学生を対象とした、水泳授業の意識を検討した。その結果、以下のような結果が示唆された。

1. 学校体育の水泳指導においては、プールで泳ぐことを前提とした近代4泳法の習得をめざすことが中心的な課題として位置づいており、小学校から高等学校までを見通したカリキュラムの基本原則・試案が提示されている。
2. 学校教育現場における実践研究においては、子どもの躰きの実態から独自の水泳指導の系統性研究が進められており、スイミングスクール等とはまったくパラダイムを異にするユニークな知見が産出されている。
3. 学校体育においては、年間概ね10時間以上の水泳指導が行なわれており、基本的な泳法を習得することに少なからず貢献している。多くの水泳嫌いを生み出しているような否定的な状況は確認できなかった。

キーワード：学校体育 水泳指導 目的－内容－方法 学習内容 評価 呼吸－腕の動作－脚の動作

はじめに

1. 問題の所在

水泳は、バランスの取れた全身運動であり、身体の調整力、筋力、持久力を高める等、幼児・児童・生徒の調和的発達を促す教育的機能が期待されている。また、浮力により重力から解放されるため、足腰の関節等に負担をかけることなく、運動不足解消、筋力アップ、ウエイトコントロール等が可能であり、高齢者の体力・健康づくり並び

に老化防止に効果的であることが広く認知されてきている。

このように、水泳は、子どもの発育発達はもとより成人及び高齢者のフィットネスや健康づくりなど生涯スポーツの観点からも価値のある運動・スポーツであり、幼・保、小、中、高等学校のすべての教育課程において、“教え－学ぶ”べき活動、教材或は内容領域として取り扱われている。

しかしながら、学校体育における水泳指導が十

1) 神戸親和女子大学発達教育学部ジュニアスポーツ教育学科 非常勤

2) 神戸親和女子大学発達教育学部ジュニアスポーツ教育学科

3) 神戸親和女子大学発達教育学部ジュニアスポーツ教育学科 2017年度卒業生

分にその教育成果をあげているのかについては疑義の声は少なくない。例えば、南らは、「学習指導要領の変遷や教員採用試験実施状況の実態から、学校教育における水泳授業は明確な位置付けがない事が分かった。また、屋外プールでの授業は、天候や期間によって授業が制限されることから非効率的かつ不安定だと言える」¹⁾と指摘し、複数校が共用施設として屋内プールを設置する或は、水泳指導を民間スポーツクラブへ委託することを提案している。また、森下らは、「我が国における水泳教育は、海や湖で泳ぐことを想定しているのではなく、プールにおいてより早くより長距離を泳ぐことに着目していることが特徴であり、安全水泳に対する重要性の認識はまだ低い」²⁾と指摘し、安全水泳という観点から学校体育における水泳教育方法を抜本的に見直すことの必要性を訴えている。

南らは、民間スポーツクラブへの委託を主張するが、民間クラブと学校教育における水泳指導は同じなのか同じで良いのかという点については語っていない。また、その重要性は認めつつも、安全水泳等、実用主義的な視点だけで学校体育を語ってよいのかについても議論の余地が大いに存在する。水泳指導といっても、捉え方によって多様な目的—内容—方法が存在すると考えられるのである。

南らは、学習指導要領の変遷から水泳授業の位置づけの曖昧さを指摘しているが、そもそも、学習指導要領は、豊かな教育実践の創造を促すため、あくまでも大綱的な基準を示しているだけであり、民間のスイミングスクールのような明確なカリキュラムを一律に実行するように提示していない。日々の授業の具体については、学校現場に任されており、自由で多様な水泳指導が存在するのである。しかしながら、その実態が必ずしも明確になっていないのも事実である。その中には、水泳でしか培うことのできないどのような力を育てようとしているのかが不明瞭なものや、それをすべての子どもに保障するための十分な手立てが講じられていないものも存在する可能性は否定で

きない。学校体育における水泳指導の実態は必ずしも明確にされていないのが実情である。

2017（平成29）年3月に告示された学習指導要領の改訂においては、「何のために学ぶのか」を共有し、「何ができるようになるか」を明確にしつつ、これまでの教育実践の蓄積に基づく授業改善活性化の必要性が強調されている。

学校教育における水泳指導は、そもそも何のために、何を、どのように教えているのかを検討することは、学校教育の充実を考える際の重要な課題の一つであると考えられる。

2. 研究の目的

本研究の目的は、これまでの学校教育における水泳実践の蓄積を踏まえ、学校教育における水泳指導の、目的—内容—方法の内実とその関連性を検討し、水泳の授業改善に資する基礎的資料を得ることである。

3. 研究の方法

上記の目的を達成するため以下のような手続きで研究を行った。

(1) 学習指導要領のめざす授業像の把握

まず最初に、学校教育現場の授業実践の内実を大きく規定する学習指導要領のめざす水泳授業像の把握を試みた。学習指導要領は、大綱的な基準のみを示すものであるが、それを実現するための参考資料として解説書や資料が発行されている。今回は解説書並びに学校体育実技資料第4集水泳指導の手引きを分析し、学習指導要領のめざす水泳授業の論理的構造について検討した。

(2) 水泳指導に関わる実践研究成果の把握

次に、水泳授業実践の研究成果の典型として、学校体育研究同志会の研究成果に着目し、水泳指導に関わる実践研究成果の把握を試みた。学校体育研究同志会は、1955年に現場教師によって設立された民間の教育研究団体である。水泳指導に関する研究成果は以下の著書に集約されている。

このように現場の教師が主体となり、学校教育現場の実践の事実を基に長年にわたって継続的に

研究成果を蓄積・発信している研究団体は他に類をみない。

- ①学校体育研究同志会編「学校体育叢書・水泳の指導」ベースボール・マガジン社、1972年。
- ②学校体育研究同志会編「たのしい体育3水泳」ベースボール・マガジン社、1988年。
- ③川口智久著「水泳らくらく入門」岩波ジュニア新書241、岩波書店、1994年。
- ④学校体育研究同志会編「新学校体育叢書・水泳の授業」創文企画、2012年。

(3) 学習者の声から実践の諸相に迫る

最後に、“基礎・基本の充実と「生きる力」”が強調された、1998年（平成10年）改訂学習指導要領のもと展開された水泳授業を受けた女子大学生に簡単なアンケート調査を行い、水泳授業の実像を学習者の目線から把握し、学習指導要領並びに実践研究の成果とすり合わせ学校体育における水泳指導の実態と課題について考察した。

1. 学習指導要領が標榜する水泳授業

「生きる力」を標榜する2008（平成20）年改訂の学習指導要領においては、“生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現する”ことを重視し、小学校から高等学校までを見通し指導内容の整理と体系化が図られた。

体育科の技術指導においては以下に示すような3段階の発達階梯が示され、技術指導の内容が整

理・体系化されている。

まず、小学校低・中学年を第1段階とし、そこでは「核となる易しい運動の幅広い経験」を通して「基本的な動き」を身につけることが主要な課題となる。

次に、小学校高学年から中学校2年生までを第2段階とし「本格的な運動やスポーツに近づける」ことを通して、「種目の特性や魅力に触れる」ことが課題となる。

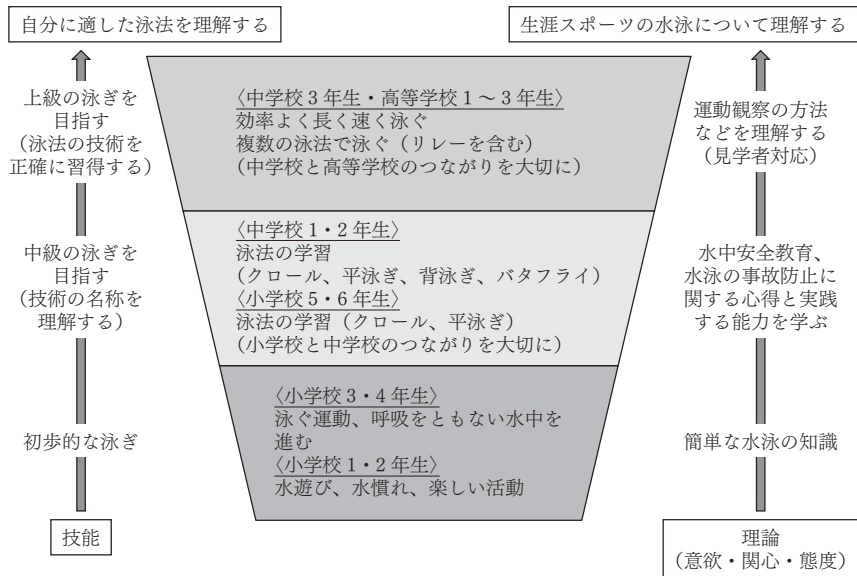
最後に、中学校3年生から高等学校卒業時までを第3段階とし、「自己のスポーツの嗜好性」を確認し、卒業後を見据えた主体的な取り組みを促がすことが課題となっている。この3段階、校種、学年を横軸、体育分野の内容領域を横軸に整理したものが表-1である。

学校体育実技資料においては、指導の3段階に加えて、「①水慣れ・水遊び、②初歩的な泳ぎ、③泳法」の発展の3段階が提示されている。ここでは、小学校の高学年からは、本格的な泳法を学べることが示されている。図-1が、その発展の概略を示したものである。この図からは、基本の動き、核となる優しい動き、初歩的な泳ぎが、具体的にどのようなものであるのかは読み取ることはできない。

そこで、さらに、具体的な授業像に迫るため、解説書並びに資料から、水泳の技術指導に関わる内容・教材・評価に関わるキーワードを抽出した。表-2は、それを発達段階ごとに整理したも

表-1 小学校からの高校までの指導内容³⁾

	第1段階 基本の動き 教材：核となる易しい運動		第2段階 種目の特性・魅力 教材：本格的運動・スポーツ		第3段階 自己の嗜好性 教材：本格的運動・スポーツ			
	小学校		中学校		高等学校			
	1.2年	3.4年	5.6年	1.2年	3年	入学年	次年	以降
内容領域	機械運動あそび	器械運動	器械運動	器械運動	器械運動		器械運動	
	走跳運動あそび	陸上運動	陸上運動	陸上運動				
	水遊び	浮く・泳ぐ	水泳	水泳	水泳		水泳	
	表現リズム遊び	表現運動	表現運動	ダンス	ダンス		ダンス	
	ゲーム	ゲーム	ボール運動	球技	球技		球技	
				武道	武道		武道	
				体育理論		体育理論		
	保健分野		保健分野		保健分野			



図－1 水泳系の領域の内容とねらいの概略図⁴⁾

表－2 学習指導要領解説 水泳領域の内容・教材並びに評価に関わる項目一覧⁵⁾

		技能に関する内容・教材・評価に関わる項目
第1段階	小学校 1・2年	ア 水慣遊び、水につる・移動する（電車ごっこ、鬼遊び、リレー） イ 浮く・もぐる遊び、浮く・水中で息を吐く（バブリング、ボビング）
	小学校 3・4年	ア 浮く運動（伏し浮き、背浮き、くらげ浮き）・け伸び イ 泳ぐ運動、補助具のキックやストローク、呼吸をしながらの初歩的泳ぎ バタ足、かえる足、連続ボビング、呼吸無し面かぶりクロール、面かぶり平泳ぎ
第2段階	小学校 5・6年	ア クロール、続けて長く泳ぐ（20～50m） イ 平泳ぎ、続けて長く泳ぐ（20～50m）
	中学校 1・2年	ア クロール、手と足、呼吸のバランス速く泳ぐ（20～50m） イ 平泳ぎ、手と足、呼吸のバランス、長く泳ぐ（50～100m） ウ 背泳ぎ、手と足、呼吸のバランス（20～50m） エ バタフライ、手と足、呼吸のバランス（20～50m）
		中学校 3年 高等学校 入学年次
第3段階	高等学校 それ以降	記録の向上、競争の楽しさ、自己に適した泳法の効率 ア クロール、手と足、呼吸のバランス、伸びのある動作、安定したペース、長く・速く泳ぐ イ 平泳ぎ、手と足、呼吸のバランス、伸びのある動作と安定したペース、長く・速く泳ぐ ウ 背泳ぎ、手と足、呼吸のバランス、安定したペースで長く・速く泳ぐ エ バタフライ、手と足、呼吸のバランス、安定したペースで長く・速く泳ぐ オ 複数の泳法で長く泳ぐ、リレー

のである。

学習指導要領の解説書並びに学校体育実技資料を見る限り、森下らが指摘するようにプールで泳ぐことを前提に近代4泳法を習得することがめざされているのは明らかである。また第1段階における、初歩的な泳ぎは、呼吸無し面かぶりクロール或は面かぶり平泳ぎが想定されていると考えられる。第2段階すなわち小学校高学年からクロールと平泳ぎに取り組み、卒業時にはそれぞれの泳法で50m泳ぐことが到達目標として位置づいていると考えられる。その後、クロールと平泳ぎに加えて、背泳ぎとバタフライの泳法が加わるとともに、新たな学習内容として、バランス、安定性、伸び、が加わり、距離とスピードの増加が評価の指標として重視されている。クロール・平泳ぎは200m、背泳ぎ・バタフライは50m泳ぐことが到達目標として位置づいている。スピードに関して、目標タイム等は明示されていない。

以上、これまでの分析から読み取れることは、以下の通りである

①高校3年までに近代4泳法を速く泳ぐことも視野に入れなければならない。

速く泳ぐことを学校体育における水泳指導の、目標一内容の中核として扱うこと自体に疑問を感じているのであるが、全体を通して、クロールと平泳ぎを中心に内容が構想されており、バタフライにも速さを求める記述があった。速く泳がなくても、距離は、50～100mが目安として示されている。呼吸・腕の動作・脚の動作のタイミングが難しいバタフライは、限られた授業時数で習得できる泳法ではない。実際の学校でどれだけこの学習指導要領に即した授業が展開されているのか疑問が残るが、実際の授業展開においては、安全面に十分配慮しなければならないであろう。

②タイム重視の評価基準の記載はない

水泳指導に限らず、学校体育においてはタイム等の記録で子どもを追い込む指導の存在やその問題性が指摘されているが、学習指導要領、その解説、その領域の体育実技資料には、タイムで評価するという記載は一切存在しない。しかし、多く

の体育教師は、評価のし易さから、目標タイムや評価基準としてタイムを設定し、それで成績評定を行うことが多いのではなかろうか。確かに、「自己の課題＝1回目の計測のタイム」「課題の解決＝練習、2回目の計測のタイム」という授業は、生徒の伸び具合が分かりやすい。しかし、そこで評価すべき点は課題解決をするための過程であって、タイムの向上のみが絶対視されることは許されないのではなかろうか。仮に、「タイムが良い＝手と足、呼吸のバランスが保てている」と捉えて、タイムを計測するのならば、オリエンテーションで生徒にその旨周知徹底するとともに、授業において、どのように泳げば速くなるか、具体的な手立てが周到に準備されなければならないであろう。

③目標・内容並びに教材等の配列における科学的視点の欠落

「浮力」「水圧」「抵抗」という物理的特性を有する水の世界での身体操作が高度化・精緻化された水泳技術は、それぞれの特性に対応して、「浮く」「呼吸」「進む」という三つの要素で構成されている。従って、水泳指導の本質は、この三つの要素の関係性の構築に他ならない。この課題は、初心者泳ぎにも貫徹されており、むしろ初心者であるからこそこの関係性、つまり「首―体幹―四肢の協応・バランス」が中心的で重要な学習内容・課題となると考えられる。しかしながら、学習指導要領においては、第2段階すなわち泳法の習得においてはじめて「手と足、呼吸のバランス」という記述があらわれる。第1段階では、この三つの要素の関係性の構築が意識されていない可能性がある。第1段階の学習の総括として位置づいている「呼吸無し面かぶりクロール、面かぶり平泳ぎ」は、まさに、「呼吸」を捨象した教材であり、三つの要素の関係性を学ぶことができないと言わざるを得ない。また、それ以降も、発展を規定する視点や要因の考え方が量的・表面的であるとの疑念が払拭できない。第2段階以降は、泳法が増えるとともに、順次、距離とスピードを追及すること(量的変化)が発展であると捉えられている。それに付随して、質的変化を説明する視点「手と

足、呼吸のバランス」が記載されおり、それぞれ個別の技術（手の描きかた、理想のキックの仕方等）が資料として示されている。

II 学校体育研究同志会の水泳授業像

学校体育研究同志会（以下同志会）は、学習指導要領は、すべての国民に培うべき学力や能力の必要最低限の基準を示したものであり、その基準に甘んじることなく、その弱点の克服も含んで、それを乗り越え豊かに肥らせるという立場にたち、独自の授業づくりと実践研究を展開している。文化としてのスポーツという視点に立ち、技術指導の系統性、技術認識（わかる）の重要性、技術認識を媒介とした学習集団論等、授業実践研究を踏まえて多くの情報を発信し、間接的に学習指導要領にも影響を与えている。水泳の授業づくりに関連しては、「ドル平泳法」「水泳指導におけるグループ学習論」等の研究成果がある。豊かな水泳実践構築に向けては「水泳における運動文化の主人公」「豊かな水辺文化を総合的に獲得する」というスローガンを掲げ授業づくりにとりこんでいる^{iv}。以下、同志会の水泳授業像に迫るべく、授業の目標と指導内容・教材を概観する。

1. 水泳授業の目標

現在、同志会は、①ともにもうまくなる（「わかる」「できる」の統一）、②ともにも楽しむ（ルールづくり、合意形成）、③ともにも意味を問う（文化創造）、の三つを実践的課題の柱にすえ授業を構想している。少し長くなるが、水泳授業における、三つの実践課題についての説明を掲載する。⁵⁾

①みんなであまくなる子ども

水泳の授業で泳ぎが上手くなるには、自分がどのように泳いでいるのかを知ることが大切である。自分の泳ぎを知り、どのように体を動かせば効率の良い泳ぎができるのかが分かり、練習をしてできるようになっていく。「わかる」ことが「できる」ことにつながるのである。

そして、自分の泳ぎを知るためには、友だちとの対話が必要である。友だちの泳ぎを見て学んだり、友だち

からアドバイスをもらったりしながら自分の泳ぎを見直せる。また、自分がアドバイスをすることで友だちができるようになることは、互いの喜びとして共有できる事実である。

教え合いや学び合いを通して主体性を育むとともに、水辺文化に親しむ態度を育てていく。

②みんなでも楽しみあえる子ども

子どもの学習内容や活動内容は教師が掲示することが多い。しかし、教師が泳ぎの技術学習の順序性を持っていれば、子どもたちが練習を決めながら学習を行うことができる。合意形成の場の中で、子どもたちの探求的また主体的な学習が可能となる。

また、水泳の楽しみ方や競い合い方なども合意形成から考え出せる。練習や競技会でのルールを「みんな」で決めることで、「みんな」が楽しめる授業となる。練習では、リーダーを中心にグループの課題やどのようなことを中心に行うかを話し合う。競技会などでは、競技会での必要なルールをみんなで話し合い、運営や企画力なども養いたい。

③意味を考え合える子ども

運動のルールは文化や実態に応じて変えられている。水泳においても、平泳ぎのルールは繰り返し変えられており、これからも変わっていくものとして捉えられている。

子どもたちの中には、「運動のルールは絶対変えてはいけない」と思い込んでいる子もいる。水泳の学習においても、「なぜ変わってきたか」を考える機会を与え、自分たちが変えていけるという視点を持たせることが重要である。そして、水泳以外の場でも、自分たちがやりやすいようにルールを変えようとする柔軟な対応力が発揮できるようにしたい。

また、高校生になれば、2008年の高速水着の問題やドーピングの問題を通して、科学の進歩と記録の追求について考えることができる。このことが現代のスポーツをより人間的な文化に変革創造していく学習につながっていくだろう。

同志会の授業づくりの特徴は、既存のスポーツのルールや技術を、変化発展し続ける動的な過程と捉え、現行のルールや技術は、その一断面に過ぎないと考え、それを絶対視しない点にある。スポーツのルールや技術を学ぶことはそこに込められた先人の願いや思想を同時に学ぶことであり、

自分たちの願いや思想によってルールを変革し新しい技術を創造することができる人間こそが運動文化（スポーツ）の主人公であり、このような主人公を育てることが学校体育授業の目標であると考えているのである。

2. 同志会における水泳指導の内容～水泳で学ばせること～

同志会は、教材と教科内容を峻別するという教育科学研究の成果に学び水泳の授業で学ぶべき中心を「泳法」並びに「水泳に関する科学や文化」であるとし、泳法は、内容でもあるが科学や文化を学ぶための教材でもあるとする基本的立場に立っている。具体的には、「自由におよげるようになる」「泳ぎの仕組みについてわかる」「水泳の文化について考える」ことが水泳授業の目標—内容となるという。そこでは、「体力づくり」や「身の安全を守る（着衣泳）」という実用的な教育機能の重要性は認めつつも、あくまでも、水中という非日常の世界で得られる独自の身体感覚や運動制御様式の獲得こそが、水泳授業の中核とされる。

また、同志会は「泳げる」の定義を「呼吸ができて、浮いて、進む」と規定している。「浮いて進む」姿勢ができて、「呼吸」ができなければ姿勢は崩れ泳ぎが止まってしまうと指摘し、「バタ足」中心の指導や、「面かぶり」クロールなどを先に教えることの弊害を指摘し続けている。長年の実践研究の蓄積から、泳げない子どもの躓きの原因は「呼吸」であるとし、初心者指導から、「呼吸」が最優先されるべきであると主張している。「呼吸」を中核とした指導方法或は典型教材が「ドル平」である（図-2）。⁶⁾

ドル平の特徴（従来の泳法と異なる点）は、以下のように整理されている。⁷⁾

(1) 呼吸重視、呼吸練習最初

従来はどちらかという、浮いて手足の動作を習得することが最初に指導されているがドル平泳法は、呼吸の時、呼吸がしやすいように腕をかき、そして足の動作を指導していくというように「呼吸」を中心にした泳ぎ方である。（呼吸と腕の協応動作）

(2) 呼吸の仕方が、従来の方法とは異なる

水中では、原則として息を止めておき、ゆっくり首を起こしてから唇が水面にでたときに、口から呼吸をまとめてはき、はいた反動で口から吸う。（パッハツ）

(3) 呼吸と手（腕）の動作協応が基礎技術

初歩的には呼吸がしやすいように腕のかきでこれを推進力が中心課題として基礎的技能に位置づけられているが、手と足とでは、手の方がはるかに自由に操作できて、学習者本人が学習内容、方法を理解しやすい。

(4) リズム

ドル平では、「リズム」を重視している。呼吸の指導の時から、ペアの者はリズムの声かけをし、「1・2・3、パッ」や「〇〇ちゃ～ん、パッ」とリズムを言う。そして、本人も心の中でリズムを言うのである。呼吸から伏し浮き呼吸、ドル平へと、発展していくのだが、この過程でも、「けってー、けってー、のびてー、パッ」または、「トーン、トーン、スー、パッ」といった声かけを行う。

学習指導要領はもとより多くのスイミングスクールにおいて行われている、初歩のクロールは、「脚の動作（＝バタ足）」を中心に進むことをまず最初に位置づけ、ある程度水上を移動できるようになると（10m程度）、それに「腕の動作」を加え、息継ぎをしない「面かぶりクロール」を習得する。呼吸は最後に学習する。（図-3）



図-2 ドル平泳法

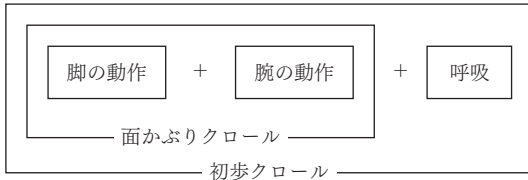


図-3 面かぶりクロールの技術構造⁸⁾

それに対しドル平は、「呼吸（息継ぎ）＝首の動き」に腕の動作を加えたものを基礎技術と捉え、推進のためではなく、水平姿勢を保つためにゆっくりとした脚の動作を最後に結合させるのである。（図-4）

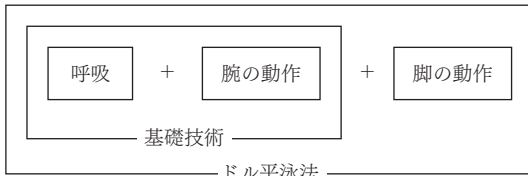


図-4 ドル平の技術構造⁹⁾

この「ドル平」を中心に構成された授業が同志会水泳授業実践の特徴であり、発達段階に応じた教材と教科内容の配列は以下のように整理されている（表-3）¹⁰⁾。

前述の通り、「呼吸」を中核に水泳指導が構想されている。水慣れの段階における主要教材の1つである「お話し水泳」では、「呼吸」と「浮く」を統一的に学ぶことがめざされている。自分の体が浮く感覚が分かれば、中学年で行う「ドル平」の際に「呼吸」のタイミングも掴みやすくなる。

学習形態においても特徴がある。それは、異質協同のグループ学習を低学年から取り入れている点である。スイミングスクール等一般的には、水泳指導においては、「能力別」の学習形態をとることが多い。原則一学級40名（小1は35名）の学習者を担当する学校体育においては、「能力別」になると、教師が苦手な子どもに付きっきりで、得意な子どもたちは泳ぎっぱなしという場面に陥ることが多い。同志会は、このような問題に着目し、水泳指導に限らず低学年のうちから互いに教え合う姿勢を身に付けさせるために異質協同のグ

ループ学習を推奨している。

小学校中学年では、「ドル平」でリラックスしながら泳ぐことを主な内容としている。ここでも、技術認識（わかる）を媒介とした異質協同のグループ学習を重視し、低学年の復習をしながら呼吸のタイミングを掴み、水をゆっくりと押さえることを重視した「脚の動作」を入れて「進む」学習へと発展させることをねらいとしている。「脚の動作」を頑張るのではなく、「脚の動作」の回数を減らしながら全体にリラックスすることと「水平姿勢（ストリームライン）」を重視し、ゆっくり泳ぐことがめざされる。

高学年では、近代泳法を学習する。その特徴は、ドル平泳法の発展として、リズムカルな呼吸のリズムとリラックス並びに水平姿勢を大事にしながら、クロール、平泳ぎ、バタフライ、背泳ぎなどの「泳ぎの技術」を教えることである。また、「競泳」という枠に留まらず、日本泳法などの速く泳ぐことを目的としない泳ぎ方を学び、水を捉えたり水に身をまかせたりすることを覚える。これは、海や川で泳ぐときに役立つことをイメージさせながら習得させるという。教室で歴史を学んだりすることは子どもたちの水に親しむ姿勢を高めるために行っている。中学・高校では、「競泳」と題し、速さを追及した泳法の学習が中心となる。

同志会の水泳指導の特徴は、初心者指導の初期段階において、「呼吸」と「浮く」ことを重視し、進むことを暫定的に捨象している点にあった。学習指導要領においても、初心者指導の初期段階では、バブリングやボビング等「呼吸」を意識した指導は見受けられたが、「呼吸」を暫定的に捨象し、面かぶりクロールや面かぶり平泳ぎ等、まずは「進む」ことが重視されていた。同志会が指摘しているように、泳げない子どもの躓きの原因は「呼吸」にあると考える。スピードを追及することを洗練化した近代泳法の学習においても、リズムカルな「呼吸」は重要であり、「呼吸」を中核とした水泳指導は意義が大きいと考える。

また、これまで進むことを暫定的に捨象した「ドル平」は、あくまでも初心者の指導法・泳法であ

表－3 発達段階別教材と教科内容

教材	教科内容
	<p>幼少低</p> <ul style="list-style-type: none"> ・お話水泳で「水遊び」の世界を広げる。 ・呼吸を中心とした水慣れ ・「浮き」を中核とする水中での多様な身体操作 ・呼吸と浮きの結合 ・グループ学習の基礎を学ぶ
<p>ドル平</p> <p>↓</p> <p>ドル平のバリエーション</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワンキックドル平 ・うねりのあるドル平など 	<p>中学年</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ドル平の習熟 ・技術ポイントの理解。 ・グループ学習によって泳ぎのポイントを探る。
<p>平泳ぎ</p> <p>クロール</p> <p>背泳ぎ</p> <p>バタフライ</p> <p>日本泳法 (体験)</p> <p>着衣泳</p>	<p>高学年</p> <ul style="list-style-type: none"> ・近代泳法の習熟と系統性の理解 ・泳法の歴史 ・日本泳法の体験 ・教室でする水泳 ・水泳の知識と救助法
<p>競泳</p> <p>速さについての技術指導</p> <p>個人メドレー シンクロ</p> <p>日本泳法を含む水辺文化</p> <p>臨海学習 横泳ぎ、抜き手、立ち泳ぎ</p> <p>教室でする水泳</p> <p>水泳の発展史 水着・プールなど</p>	<p>中学 (高校)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・近代泳法の習熟 ・近代泳法の発展史 ・日本泳法を学習 ・教室でする水泳 (泳法の歴史の理解、プールや水着) ・水泳実習を通しての自治的活動

り、近代泳法への発展的内容を包含するものであるとは考えていなかった。しかしながら、今回詳細に指導方法を検討した結果、バリエーションを加えることによって近代泳法に生かせることが確認できた。つまり、同志会の水泳指導も、中学校以降に、水辺文化や日本泳法のキーワードが散見されるものの、それまでは、基本的に、プールで泳ぐことを前提として近代4泳法の習得を、めざしているといえよう。呼吸を中核とした水泳の苦手な子どもたち救済を意図した独自のスモールステップの開発(＝ドル平)にその特徴があり、泳力習得に関しては、学習指導要領よりもむしろ同志会の指導法が、こだわりが強い(＝技術主義)といえるかもしれない。

III 学校体育における水泳授業の実態と課題

1. 大学生のアンケートから見た水泳指導の諸相

学習指導要領並びに学校教育の実践現場での技術指導は、近代泳法の習得を中核に構想されていることが明らかとなった。そこでは、実際にどのような指導が展開され、学習者にどのような意識・学力を形成・保障しているのであろうか。学校体育における水泳指導の実態に迫るべく、1998年(平成10年)改訂学習指導要領のもと展開された水泳授業を受けてきた女子大学生に簡単なアンケート調査を実施した。ここではその結果を手掛かりにして、その水泳指導の実態に迫る。このアンケート調査は、本学ジュニアスポーツ教育学科の実技系の専門教育科目である「水泳」の受講

生を対象に実施したものである。

対 象 者：神戸親和女子大学ジュニアスポーツ
 教育学科2017年度入学生 83名
 有効回答数65（回収率：78%）
 実 施 日：2017年7月26日（水）
 実施場所：神戸親和女子大学 4号館412教室

アンケート調査においては、1) 水泳並びに水泳授業に対する意識（好き嫌い、得意・不得意）、2) 水泳の学びの履歴（校種別年間授業数、スイミングスクールへの参加とその期間）、3) 水泳授業における学習項目と評価について（各泳法における学習項目と指導者の評価対象・方法）、について調査した。以下、調査項目に即して調査結果を述べる。

(1) 水泳並びに水泳授業に対する意識について

アンケートの対象者は、保健体育科の教員免許の取得をめざす学生であり、総じて運動能力が高い者たちである。水泳の授業について好き嫌いを訊ねたところ、好き42%、まあまあ好き18%、ふつう18%、まあまあ嫌い13%、嫌い9%、であった（図-5）。水泳の授業に対して否定的な感情を有する者は、全体の3割弱であった。

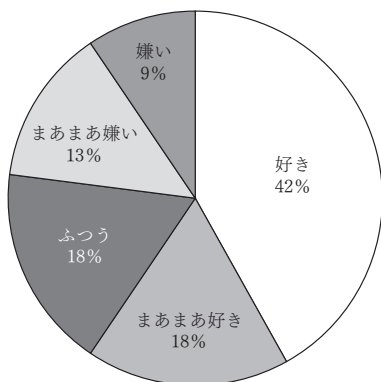


図-5 水泳の授業に対する好き嫌い

次に、得意・不得意なスポーツを訊ねたところ（複数回答可）水泳が得意と答えたものが7名（第4位、約11%）、水泳が不得意であると答えたものが28名（第1位、約43%）であった（図-6・7）。

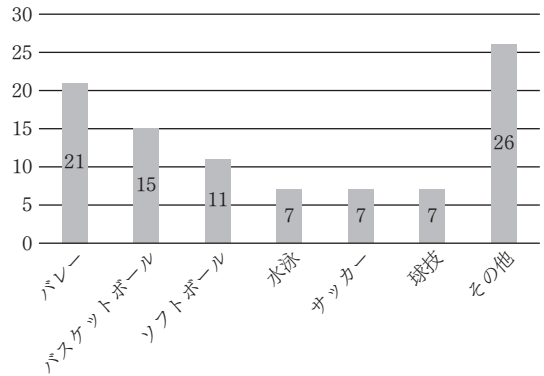


図-6 得意なスポーツ（複数回答可）

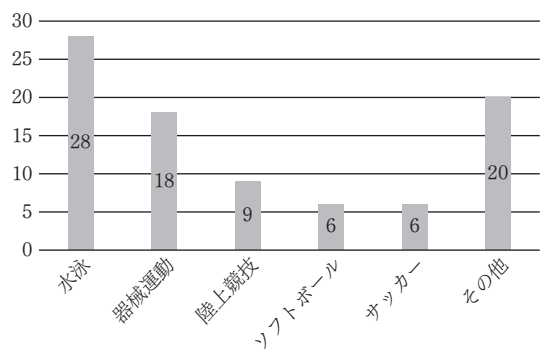


図-7 不得意なスポーツ（複数回答可）

以上、調査の結果から、否定的な意識の者は約3割弱、苦手意識をもつものが約4割強（第1位）存在することが明らかとなった。この結果は、体育・スポーツの指導者をめざす、相対的に運動能力が高いと考えられる学生にとっても、水泳は、その楽しさを習得するのが比較的難しい種目であり、学校体育においても、その指導により一層の創意工夫が求められることを示唆していると考えられる。

(2) 水泳学習の履歴について

南らが指摘するように、学校のプールはほとんどが屋外に設置されており水泳指導の期間は限られている。そこで、学校においては年間どれくらいの時間を水泳指導にあてているのかを調べた（図-8）。

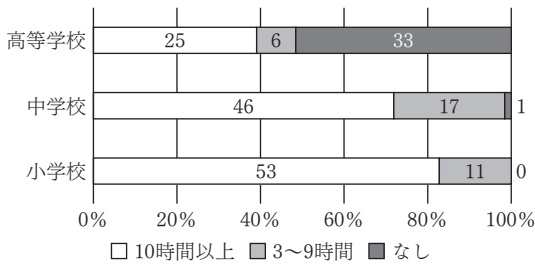


図-8 校種別、年間の水泳の授業時間

小学校においては、80%以上が10時間以上の授業時間を確保していると回答し、水泳の授業がなかったというものは存在しなかった。中学校においては、約70%が、10時間以上の授業時間を確保していると答え、水泳の授業がなかったと答えたものが1名存在した。高等学校になると10時間以上の授業時間を確保していたと答えた者が40%弱となり、全く授業がなかったと答えた者が50%を超えた。この数値は、学習指導要領において、高等学校における水泳は選択科目扱いとなることと関係していると推察される。小中学校の9年間毎年10時間の水泳授業をうけていると考えられる。

学校以外で水泳指導をうけている（スイミングスクールに通っている）ものは25名（43%）、そのうち通っている期間が、3年以内の者は6名（10%）、4～6年の者が12名（21%）、7年以上の者が7名（12%）であった。33名（57%）、約半数の者は、水泳指導を学校体育に頼っていると考えられる。（図-9）。

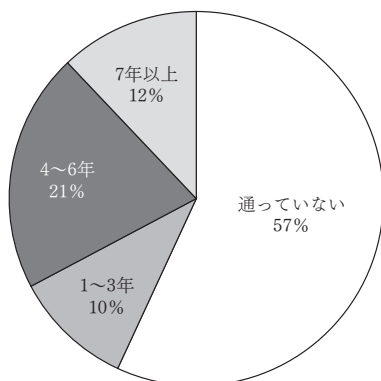


図-9 スイミングスクールに通っていた学生の割合・期間

(3) 学校体育における水泳指導の学習内容と評価について

学習指導要領で扱われているクロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライの4泳法について、学習指導要領で学ぶべき技能・技術に関する学習内容を、速く、長く、フォーム、リズム、ペース、集団競争（リレー）、スタート・ターン、の7つの学習項目に分類し、その4泳法、7項目について、それぞれ何を学習し、指導者は何を、どのように伝え指導したか、それについてどう感じていたか（納得していたか）について調査した。その結果を示したものが図-10である。

種目別に見ると、クロールにおいては、フォームを意識した内容が最も多い。次いで速く泳ぐこと、長く泳ぐことが扱われている。集団競争はあまり行われておらず、スタート・ターンよりも頻度が低い。

平泳ぎでも、フォームや速さを意識した内容が多くクロールと同様の傾向がうかがえる。リズム・ペースを意識することが長く泳ぐことを若干上回っている。集団競争はクロールに比べると若干少ない。

背泳ぎでは、フォームの次に速く泳ぐこととリズムが同率となっているが、クロール・平泳ぎと同じような傾向が見られた。

バタフライでは、全体的に数値は低いが、リズム・ペースが最も多いのが特徴的であった。次いでフォームが多く、それ以外はほぼ同じ頻度となった。全体として、フォームと速さを意識した水泳指導が主流であることがうかがえる。

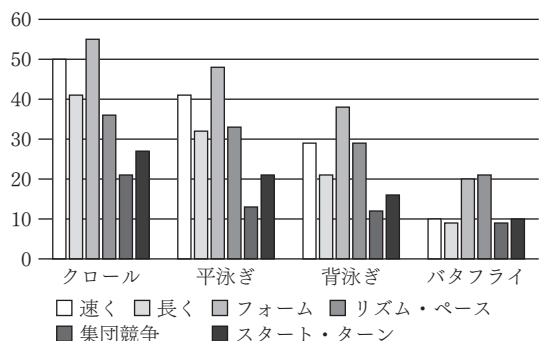


図-10 水泳授業で学習した項目

指導者は何を評価していると感じたかについては、先の7項目に加えて規律・態度を加えて検討した。結果は、図-11に示すとおりである。

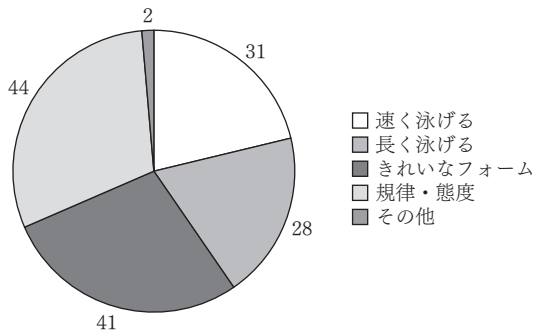


図-11 指導者が何を評価していると感じたか

きれいなフォーム、速く泳げる、長く泳げる、規律・態度の4項目が大部分を占めており、僅かではあるが、規律・態度が1位、続いてきれいなフォームが続いた。実際の授業において評価された項目の組み合わせについても検討してみた。その結果が図-12である。

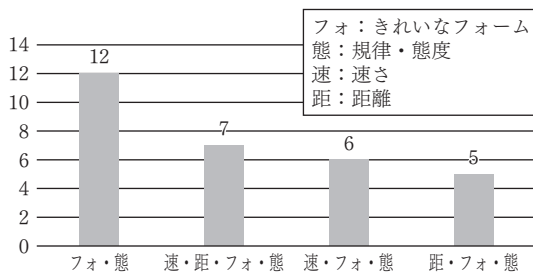


図-12 評価の組み合わせ

フォームと態度の2点を見られていると感じた学生が12名と多かった。次いで速さ、距離、フォーム、態度の4点を見られていると感じた学生が7名、速さ・フォーム・態度を見られていると感じた学生は6名、距離、フォーム、態度を見られていると感じた学生が5名となった。フォームと態度が、学校体育の水泳指導においては重視されていることが示唆された。

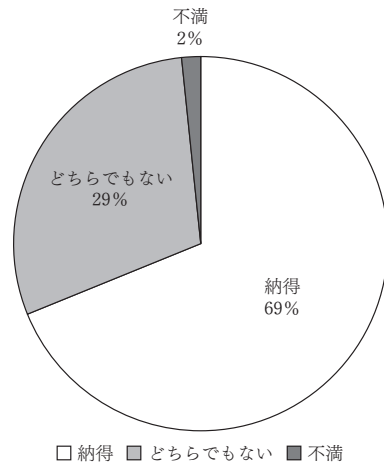


図-13 評価の納得度

評価の内容と方法については、42名(69%)の者が納得できたと答えており、納得できないと答えた者は1名(2%)、どちらでもないと答えた者は18名(29%)であった。水泳指導の学習内容や評価に概ね納得しているということが示唆された。

最後に、近代4泳法の習得状況について。4泳法すべて習得したと答えた者は17名(26%)であった。ちなみにこの17名は、すべてスイミングスクールに通っていた者である。

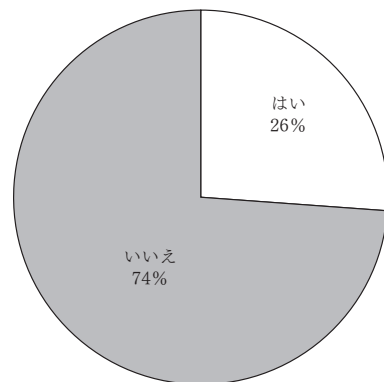


図-15 近代4泳法が泳げる

2. 学習者の声から推察される水泳指導の実態と課題

(1) 水泳指導の目標と内容に関して

アンケートの結果から、水泳は、否定的な感情

を抱いていると思われる者が約20%存在したものの、概ね好意的に受け取られていた。しかしながら、体育の指導者をめざす学生にとっても、もつとも苦手意識が強い種目の一つであることが示された。

学校体育の水泳指導は、概ね年間10時間以上の単元として構成されていたが、その割合は、小学校約80%、中学校約70%、高等学校約40%と、発達段階が上がるにつれて減少している。

学校体育における水泳指導の内容については、クロールと平泳ぎを中心とした泳法学習がおこなわれており、速い泳ぎをめざしフォームを学習することが中心的な内容として位置づいていることが示唆された。態度（学習規律）についても学習の内容に位置づいていたが今回の考察ではその点についての分析・考察は、研究課題としなかった。

全体を通して、概ね指導要領を踏まえた近代4泳法の習得をめざした水泳指導が展開されているものの、年間10時間前後の授業においては十分な学習が展開されていない可能性がある。

（2）水泳指導の評価とその納得度

学習者の声から、概ね学校体育の水泳指導においては、速く泳ぐことをめざし効率的なフォームを形成することが示唆された。筆者らは、そのような指導においては、学習者をタイムで追い込む訓練的色彩が強くなり、その評価内容や方法に対しては不満が多いのではないかと仮説をもって調査にのぞんだ。しかしながら、約70%の者が、評価に納得しており、不満であると明言したのは1名（2%）であった。スイミングスクールに通っていたものが25名（42%）存在したが、彼らから学校体育における水泳指導の評価内容や方法に対する不満や否定的な見解は、今回の調査においては見受けられなかった。

以上、学生の声から、学校体育における水泳指導は、年間10時間という限られた条件下であるが、クロール・平泳ぎの泳法習得を身につけており、その評価にも概ね納得していることが示唆された。当初危惧していたような、水泳嫌いが体育

授業において大量に生み出されているというような否定的な状況は確認できなかった。

おわりに

以上、学校体育の水泳指導の実態と課題に迫るために学習指導要領並びに学校体育研究同志会の水泳授業像（目的－内容－方法の概略）を分析・検討するとともに、体育指導者をめざす女子大学生の水泳指導に対する意識調査を行なった。

その結果、概ね年間10時間以上の水泳授業が展開されており、そこでは、近代4泳法の習得がめざされ、体育授業において多くの学習者が基本的な泳ぎの技術を習得し、それなりに納得していることが示唆された。

今回の研究においては、学習者の意識からの考察であり、主観的なものである。今後は、客観的な泳力との関係において、学びの履歴や意識を検討するとともに、スイミングスクールに通っている者とそうでない者の比較検討等、研究方法を精緻化し研究を推進することを課題としたい。

注及び引用参考文献

- 1) 南学他「学校プールの共同利用と跡地活用の可能性」東洋大学PPP研究センター紀要、第6号、2016年3月、pp.1-18
- 2) 森下愛子他「学校教育における今後の水泳教育方法の検討：ニュージーランドの大学水泳関係者の意見から」体育研究所紀要慶應大学体育研究所、第50巻、第1号、2011年pp.61-67.
- 3) 文部科学省「学校体育実技指導資料集 第4集 水泳指導の手引き（三訂版）」アイフィス、2014（平成26年）年3月p.3. 図2に加筆・修正.
- 4) 同上、p.6
- 5) 学校体育研究同志会「新学校体育叢書 水泳の授業」、創文企画、2014年、p.28
- 6) 学校体育研究同志会編「たのしい体育3水泳」ベースボール・マガジン社、1988年、pp.42-57

- 7) 「学校体育研究同志会大阪支部のページ／同志会実践のページ／水泳／ドル平資料」より抜粋.
<http://wwb.plala.or.jp/manzo/doruhiru.pdf>
(2017年10月10日)
- 8) 海野勇三他「水泳の初心者指導に関する研究(Ⅰ)」鹿児島大学教育学部研究紀要, 人文・社会科学編, 第36巻, 1989年, p.120.
- 9) 前掲5) p.38
- 10) 学校体育研究同志会編「体育実践とヒューマニズム－学校体育研究同志会50年のあゆみ」創文企画, 2004年.
- 11) 長谷川裕「近代泳法の構造と指導の系統性」運動文化研究, 第5号, 1987年, pp.16-26.

水泳の授業に関するアンケートご協力をお願いします

本アンケートは、本講義の授業改善並びに水泳授業の実態を把握する研究のために行うものです。アンケートの結果は、授業改善並びに研究以外の目的に利用することはありません（アンケートの結果が成績に影響することはありません）。研究の結果は、ジュニアスポーツ教育学科の紀要並びに卒業研究として公表される予定です。その際、個人が特定されるようなことは一切ありませんのでご安心ください。このアンケートは強制ではありません、授業改善と研究発展にご協力いただけるとは、以下の質問にお答えください。アンケートは、約10分です。ご協力よろしく願います。

川上 光宣 (水泳授業担当)
 永橋 京 (Jr.スポーツ教育学科 4年)
 中瀬古 哲 (卒業研究指導教員)

I. あなた自身のことについて教えてください

1. 学籍番号:	2. 氏名:
3. 得意な運動種目:	4. 苦手な運動種目:
5. 水泳経験について該当するものすべてに○又は記入してください。	
(1) 小学校の授業 (1年間のとおよその時間数)	
0 時間, 3 時間以内, 6 時間以内, 9 時間以内, 10 時間以上	
(2) 中学校の授業 (1年間のとおよその時間数)	
0 時間, 3 時間以内, 6 時間以内, 9 時間以内, 10 時間以上	
(3) 高校の授業 (1年間のとおよその時間数)	
0 時間, 3 時間以内, 6 時間以内, 9 時間以内, 10 時間以上	
(4) 水泳部に所属 (期間 ~)	
(5) スイミングスクール (期間 ~)	最終レベル ()
(6) その他 ()	

II. 今回の水泳授業で学んだことについて教えてください

1. 初めて知ったこと
2. 身についたこと
3. 出来ないが頭で理解したこと
4. 泳力の上達はありましたか (何がどの程度か)

III. 中学校・高等学校の水泳授業について可能な限り詳しく教えてください。

※ 中学校・高等学校ともに水泳授業がなかった方は答えなくて結構です。

1. 授業で、習った・扱った項目について、覚えている範囲で表に○をして下さい。(複数回答可)

課題 種目	速く泳ぐ タイム計測	長く泳ぐ 100m以上	きれいな フォーム	リズム・ ペース	リレー等 集団競争	スタート・ ターン
クロール						
平泳ぎ						
背泳ぎ						
バタフライ						

2. 水泳授業の評価(評定)について、覚えている範囲で教えてください。

1. 授業では何が評価されていたと思いますか。(複数回答可)。

- ① タイム (例: クロールのタイムが30秒以内ならば5)
- ② 距離 (例: どんな泳ぎ方でも100m以上立たずに泳げれば5)
- ③ フォーム (例: きれいな泳ぎ方ならば5)
- ④ 規律・態度 (例: 授業をきちんとした態度で受けていれば5)
- ⑤ その他 ()

2. 評価方法は、どのようにして伝えられましたか (知りましたか) (複数回答可)。

- ① 授業の始めに全員に口頭で伝えられた
- ② 授業の始めにプリントなどで伝えられた
- ③ 個人的に先生に聞いた
- ④ 先生がたまたま言ったのを聞いた
- ⑤ 友達や先輩から聞いた
- ⑥ 他の体育の先生から聞いた
- ⑦ 伝えられていない
- ⑧ その他 ()

3. 水泳の評価に納得できていましたか。

- ① できた
- ② どちらともいえない
- ③ できなかった

4. 納得できた (できなかった) 評価について具体的に教えてください。

3. 水泳授業に対する意識について

1. 水泳授業は好きでしたか。

- ① 好き
- ② まあまあ好き
- ③ ふつう (どちらでもない)
- ④ まあまあ嫌い
- ⑤ 嫌い

2. その理由を教えてください

※ 設問は以上です。ご協力ありがとうございました。