

単元名	水泳	配当時間	10時間
単元の目標	(1) 互いに協力して水泳をしたり、水泳プールのきまりや水泳の心得を守って安全に水泳をしたりしようとする。 (2) 自己の能力に適した課題をもち、活動を工夫することができる。 (3) 自己の能力に適した課題をもち、クロール及び平泳ぎの技能を身に付け、ある程度続けて泳ぐことができる。		
単元を構想する上での留意点	4年生は、これまでの「基本の運動」から、「水泳」としての領域が独立し、「クロール」や「平泳ぎ」という泳法で、ある程度続けて泳ぐことが求められるようになる。そのため、技能的にも精神的にも個の違いが大きくなるころである。従って、本単元では、児童一人一人の能力に適した課題をもたせ、あせらず段階的に指導することが大切である。水難事故防止のため、着衣泳についても、夏休み前に実施する。		
単元展開例			
準備	学習カード、学習資料、ビート板、ヘルパー、碁石、水上バスケット用ゴール、水球用ボール など		
学 習 活 動		留 意 事 項 な ど	
1 水泳のねらいと内容を理解し、学習の進め方について見通しをもつ。 ○学習のねらいや進め方を知る。 続けて長く泳げるようにしよう ○学習カードや資料の使い方を知る。 ○マナーや安全な運動の仕方について知る。 ○水泳に関連した体ほぐしの運動をする。 ○グループを編成する。		・クロールや平泳ぎで続けて長く泳ぐことを知らせる。 ・カードの記入は教室で行う。 ・プールのきまりや、水泳の心得をしっかり押さえる。 ・児童の実態に応じてグループ編成をする。 ・グループ編成の例 2人組 泳力が異なる3人組 めあてが同じ3人組 など	
2~4 クロールをする。 ○めあてを決める。 ○体ほぐしの運動をする。 ○共通の課題に取り組む。(めあて1) ・け伸び バタ足 立ち上がり ・バタ足競争 ・伸びのあるクロール ・ストローク競争 など ○自分のめあてにそって、泳力を伸ばす。 (めあて2) ・泳ぎの習得 ・スピードを高める ・長く泳ぐ ・伸びやかに泳ぐ など ○反省し、まとめをする。 ・めあて ・きまり、心得 など		・めあて別に、課題例や練習方法を図示したカードを用意する。 ・毎時間体ほぐしの運動を行うようにする。 ・技能的なポイントを適宜指導していく。 ・個別に指導にあたる。 ・めあてを解決させるための練習の方法や場があるか確認し、助言する。 ・スタート(安全な水への入り方やプールの底や壁をけるなどの泳ぎへのつなぎ方)も適宜取り上げる。	
5~7 平泳ぎをする。 ○めあてを決める。 ○体ほぐしの運動をする。 ○共通の課題に取り組む。(めあて1) ・かえる足陸上練習 ・壁キック ・腕のかき ・呼吸の仕方 ・足、腕、呼吸のタイミング など ○自分のめあてにそって、泳力を伸ばす。		評協力し合って練習する活動を通して、「関	

(めあて2)

- ・泳ぎの習得 ・スピードを高める
- ・長く泳ぐ ・伸びやかに泳ぐ
- 反省し,まとめをする。
 - ・めあて ・きまり,心得 など
- 8 着衣泳をする。
 - 服を着たままで水中を歩く。
 - 浮く。
 - ゆっくり泳ぐ。
- ペットボトルを使って浮く。
 - ・ペットボトルを置く位置
胸 腹 腰 首前 首後 など
- 9,10 記録会,水泳大会をする。
 - クロール,平泳ぎの泳力を測る。
 - 水泳大会をする。
 - ・全員リレー ・代表リレー ・碁石拾い
 - ・ボール送り ・水上バスケット など
- 単元のまとめをする。

心・意欲・態度」を評価する。

評 自分にあつためあてをもって練習する活動を通して、「思考・判断」を評価する。

- ・長袖・長ズボンが望ましい。(よく洗った清潔なもの)
- ・服を着たまま泳ぐことの大変さを知り,水に落ちたときには,泳がずに浮いて助けを待つことを理解させる。
- ・2リットルの空ペットボトルを用意させる。
- ・どこに置くと浮きやすいか体感させるとともに,ペットボトルが救命具になることを理解させる。(首から胸のあたりに置いて背浮きをするのが最も浮きやすい)
- ・できるようになったことや自分たちの考えた遊びやゲームで楽しむ。
- 評 記録会や水泳大会を通して、「技能」を評価する。
- ・感想の発表や学習カードによる自己評価などをさせる。