

平成27～29年度群馬県教育委員会指定

「ぐんまの子ども体力向上推進事業 体力向上推進モデル校」

「リズム水泳発表会」 ～3年 保健体育科 水泳～



3年生の水泳の授業には、これまでに習得してきた「4泳法を活用して楽しむ」学習が、学習指導要領の内容に盛り込まれています。本校では、4泳法を取り入れたリズム水泳に取り組んでいます。



1学期の水泳の授業で練習を開始し、さらに夏休みのプール開設時にも主体的な練習を積み重ねてきた3年生。晴天の下、たくさんの保護者に見守られながらの発表会です。



クロールでのサークル泳では、課題曲「I REALLY LIKE YOU」の音楽に合わせて、リズムカルに泳ぎます。きれいなサークルができたのは、練習の賜。互いの泳ぎを意識しながらのサークル泳は、チーム力が試されます。



縦列になったの手技の場面です。8人が同時に同じ動きをしたり、時間差をつけて連続的な動きをしたりと、工夫をこらした技を披露しました。

平成28年 9月 7日(水)

指導者：鈴木秀行教諭 井出昌文教諭
一宮恵里那教諭



高さのある技は、安全面を配慮して2段まで。水中での不安定さを克服して、バランスをとりながら浮力を利用してタワーを立ち上げます。



個々がポーズを決めて入水するグループ、メンバーが揃って入水するグループと、入水のスタイルもそれぞれのグループが工夫しておこないました。もちろん、頭からの飛び込みはNGです。



シンメトリーな動きを取り入れて、集団技の見栄えを高めます。ここでは、水中でのスタートの動きを中から外に向かっておこない、技の広がりを出しています。



男子の発表は、ダイナミックな技もあり、観客からたくさんの感嘆の声があがりました。全11グループの見応えのある発表が安全におこなわれ、充実したリズム水泳発表会になりました。