

水泳嫌い児の指導 —習熟度別指導の試み—

古 屋 千

はじめに

人には当然のことながら得手不得手がある。それは運動に関して顕著に顕れるものである。水泳では、水を怖がるひともいるが、水泳嫌いを好きにすることはできるのだろうか。私は泳ぎが得意である。小児喘息にかかったため、3歳からプールに通っていたので、物心ついた頃には泳げるようになっていた。ではなぜこの論題に取り組んだのかというと、きっかけは父の小学校の水泳指導に引率した事にある。父は小学校教諭をしており、夏休みは毎年児童の水泳指導を行っている。一昨年の夏、私は父に連れられて一週間程指導に加えてもらった。近年子どもをプールに通わせる親が増えたようで、多くの子がクロールで25 M泳げた。しかし、速い遅い以外に、フォームがばらばらな子もいれば、息つきができない子もいる。そこでフォームの改善をするように私が頼まれた。私は3歳から中学校まで水泳を続けていたので、教えることには自信があった。ところがいざ指導をしようとするとなんか教えていかかわからない。なぜこんなフォームで泳いでしまうのかかわからない。自分が教わってきたはずの事を教えることができないのである。

つまり、私は泳げない子の気持ちや、その指導法を理解せぬまま指導しようとしていたのである。昨年行った小学校では25 Mどころか、クロールの泳法も知らない子や、水を怖がる子もいた。

そこで私は泳げない理由とその指導法を理解したいと思い、この論題にしようとしたのである。これまで数々の水泳指導書が出版されてきた。しかし、泳げない理由は一人一人異なるので、必ずしも当人に見合った指導が書かれているわけではない。私は個々に応じた指導を実態に即して行いたい。

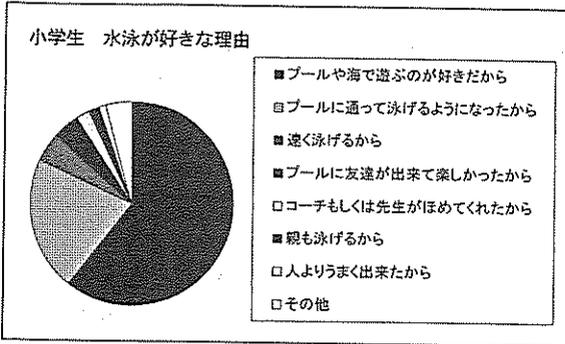
泳げない子はなぜ泳げないのか、泳ぎを嫌う理由にどのような経過があったのかを知り、その気持ちを理解できるようになりたい。そしてその子に合った適切な指導を調べ、少しでも多くの子ども達に水泳の楽しみを実感してほしいと思う。また、25 M泳げる子にはもっと長い距離を泳げるようになってほしいし、タイムを伸ばせるような指導を行っていきたい。今までになかった視点から水泳指導を考えることを私の卒業論文のテーマとし、これからに活かしていきたいと思う。

1. 運動嫌いを好きにするには (略)
2. 水泳の特性 (略)

3. アンケート 水泳嫌いな理由

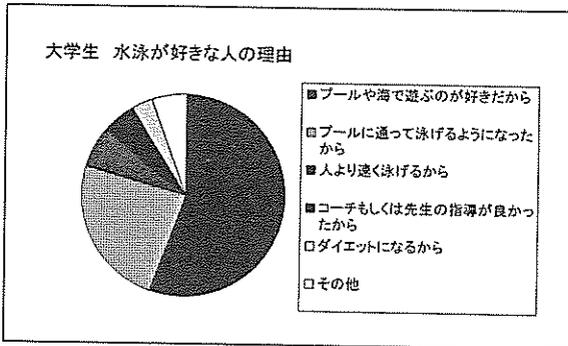
水泳を好きになった理由と嫌いになった理由を知るために、大学生と小学生（5、6年生）を対象にアンケート調査を行った。

まず、小学生と大学生の水泳が好きな人のその理由と、嫌いな人のその理由を比較する。



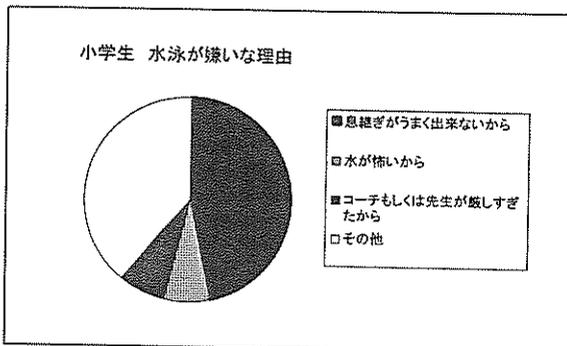
その他

- ・水の中になると気持ちいいから。
- ・学校友達の中でタイムが同じような人と競い合うのが楽しいから。
- ・水が好きだから。
- ・泳ぐことが好きだから。
- ・新しい泳ぎができるようになり、今まで泳げた泳ぎもうまくなった。
- ・体にいいから。
- ・体力がつくから。



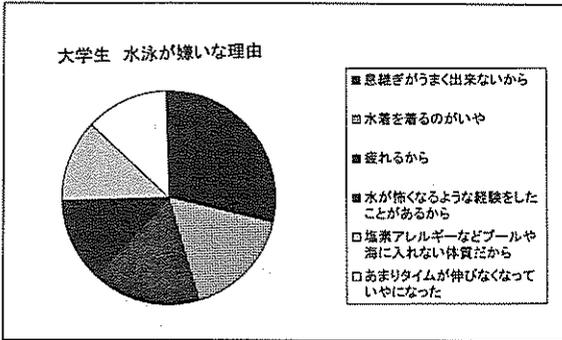
その他

- ・泳いだ後すっきりするから。
- ・楽しいから。
- ・全身運動になるから。



その他

- ・うまく泳げないから。
- ・泳ぐと何度も苦しくなるから。
- ・コーチが嫌だったから。
- ・上手に泳げないし、「泳ぎ方が変だ」って笑われたから。
- ・つまらないから。
- ・目が痛くなるから。
- ・水に入ることが嫌いだから。
- ・太っているから水着が嫌。
- ・プールに通いたかったが、行けなくて泳げないままだから。
- ・溺れたことがあるから。
- ・塩素アレルギーなどプールや海に入れない体質だから。



その他

- ・化粧をしなおすのがめんどうくさい。
- ・クロールができないから。
- ・妹・弟のほうが上手くなったからいやになった。
- ・溺れたことがあるから
- ・プールに遊いたかったが、行けなくて泳げないままだから。

4. 水泳嫌いの理由を分析する

グラフから、水泳を好きな理由は小・大学生ともに同じような結果が得られたが、水泳が嫌いな理由は「息継ぎがうまく出来ない」が一番多く、それ以外は人それぞれ理由が異なるようである。その異なった結果を4つに分類し、それぞれに対応した指導法を考える。
(×…水泳が嫌いな人 ○…水泳が好きな人)

①時期と環境が原因と見られる解答

- ×水に入ることがきらいだから。
- ×プールに行きたかったが、行けなくて泳げないままだから。
- ×親が泳げないから、あまりプールや海に連れて行ってもらえないから。
- プールに通って泳げるようになったから。
- 親も泳げるから。
- プールや海で遊ぶのが好きだから。

何歳くらいが良いか

子どもはほとんど例外なく水遊びを好む。しかし、全ての年齢の子どもが泳ぎたいと思っているわけではない。子どもが泳ぎに関心を持つようになるのは9～10歳である。この年代は心身ともに準備完了の状態にある。骨格や筋肉などの発達はまだ成人に遠く及ばないが、神経系の発達はほとんど成人なみで、運動の技能を習得するには最も適している。よって、水泳の練習もこの年代を逃さずに行うのがいい。

環境

「スイミングスクールに通って、泳げるようになって水泳が好きになった」という意見が多い。確かにスイミングスクールに通えば、専門的なコーチの指導の下、泳げるようにな

るかもしれない。さらには一流のコーチに出会い、オリンピックに出るまでに成長する人もいる。

しかし、誰もがスイミングスクールに通えるわけではない。学校体育でも、水泳が得意になる子だっているはずである。逆に、スクールに通っていてもつまずきをコーチに気づいてももらえず、つまらなくなつてやめていく子どもがいる。要するに、物的環境が整っているだけでなく、人的環境も整っていることが大切なのである。

いかに指導者が物的環境を整え、一人一人の個人差に応じた指導をしてあげられるかを考えなければいけない。

②技能面が原因と見られる解答

×いきつぎがうまくできないから。

×うまく泳げないから

×泳ぐと何度も苦しくなるから

×あまりタイムがのびなくなって嫌になった

×おぼれたことがあるから。

○学校友達の中でタイムが同じような人と競い合うのが楽しいから

○新しい泳ぎができるようになり、今まで泳げた泳ぎもうまくなった

○速く泳げるから。

水に対する不安

初心者、そのほとんどが最初、水に対する不安を持っている。大人の場合、背の立つ深さの所であれば、そう不安や恐怖を示すことはまれであるが、小さい子どもは水を怖がる者がかなりいる。

水中は陸上とは大きく状態が異なる。足が水底から離れると、手に触れるものが水なので不安になる。また、単なる不安という程度を超えて、水に対して強い恐怖心を抱いている者がいる。原因は、幼いころ溺れた経験があるなどのトラウマの場合もあるが、原因がはっきりわかっていないこともある。どちらにしても、不安や恐怖は急には解消されないのが普通である。

両手が届く深さの水面に伏し、顔を起こして両手を水底についていれば、足が水底から離れてもそう不安ではない。次に顔を水につける練習をさせる、最後に体を伸ばして顔を水につけ、両手を水底から話して水面で前に伸ばして浮く練習をする。このようにして、不安の原因になる要因をひとつずつ取り除いてやるようにすると良い。しかし、不安とか恐怖は理屈ではなく、感情の問題であるから、時間をかけて急ぐことなく練習させなければならぬ。(中略)

初心者の指導

(1) 浮くまで

小さい子どもの場合、浮く練習に入る前に「水遊び」の期間がある。遊びの間に水を知る。あるいは水に慣れる。

顔を身につけるには、その前に呼吸法を練習しておかなければならない。水泳中には息を吸うとき必ず口から吸う。鼻から息を吸うと、誤って一緒に息を吸い込んだとき、鼻にはそれを防止する仕掛けがないから、水が鼻の奥に侵入し、非常に痛くて苦しい。口には水が入っても、それを飲み込む気がなければ、口の中だけにとどめておく仕掛けがある。仮に誤って飲み込んだとしても、口からの場合、水は胃のほうへ入り、別に苦しいことはない。

「口を大きく開けて吸気し、ちょっと止めて吐き出す」練習をしておく。次に、まず口まで水につける練習をする。少し慣れたら。口を水につけたままで、口から水中へ息を吐き出す練習をする。これを鼻まで、目までと進めて練習し、頭全体を水中に入れられるように練習する。

次に両手を水面で前にのぼし、「顔を伏せて頭全体を水中につける」。水の深さが胸のあたりであれば、このとき上体が前に浮いて水平に近くなり、頭を水につけると同時に足のほうから浮いてくる。子どもなら、浮いた！浮いた！と大きい声で叫ぶ。うれしい瞬間である。「人の体は水より軽い」と言う事実を単なる知識としてではなく、身体で知って、心から納得するときである。しかし、全員がこのようにすぐ浮くわけではない。足は空気の入っている胸部に比べて比重が大きいため、浮きにくい。足の重い者でも、それを胸の下方に置くように、両腕で両膝を抱きこむような姿勢で浮けば必ず浮く。

(2) 浮いて進む

胸の深さに立ち、両手を水面で前方に伸ばし、顔を水につけ、体を前に倒し、脚を伸ばし水底を押し進めば、脚が水底を離れ、身体が水平に浮いて前方に進む。

身体を両手先から足先までまっすぐに保っていれば、かなりの距離を浮いて進む。ところが人間には「頭を起こす」反射的な動きがある。頭が起きるとすぐ脚のほうが沈み始める。そこで浮く練習をするときには、この頭を起こす反射運動を抑制することが大切である。下向きの姿勢で浮くときには頭の位置は「真下を見るつもり」がよく、上向きで浮くときには「両方の耳が水につかる」ような頭の位置が良い。

初心者は、手足を動かすとき、進退をまっすぐに保つことが困難で、水の抵抗を大きく受けがちである。したがって、身体をまっすぐに保つ練習をたくさん行う必要がある。

(3) クロールの呼吸法

クロールは伏し浮きの状態で顔を水につけて泳ぐため、呼吸は顔を横に回し、口を水上に

出して吸気し、顔を正面に戻して水中で呼気する方法を用いる。一方の手が水をかき終わったとき、顔をそのほうに向けて吸気するのが普通である。吸気する時は、進行中の頭に水がぶつかり、そこに波の山ができ、口のあたりに谷が出来るので、頭をそれほど大きく回さなくても良い。

このとき、頭は体の中心線を軸にして横に回すことが大切で、頭を高く起こしたり、横に曲げると、バランスを崩しやすい。

以下は息の吐き方の例である。

(A) 1、2、ブク、ブク、パー、(吸)、1、2、ブク、ブク、パー、(吸) ……。

最初の「1、2」は、息をとめる。それから「ブク、ブク」で、少しずつ息を吐き、最後に「パー」で勢いよく吐く。

(B) ブク、ブク、ブク、パー、(吸)、ブク、ブク、ブク、パー、(吸)、……。

顔を水につけたら、少しずつ息を吐きつつける。そして最後に「パー」で勢いよく吐く。

気をつけることは、最後に「パー」と息を勢いよく出す分だけ残しておくことである。全部ブクブクで吐ききってしまうと、息継ぎする前に顔についた水を飛ばすことができず、水を飲んでしまう。

息継ぎの回数…1/2呼吸 (2回掻いて1回呼吸) 1/4呼吸 (4回掻いて1回呼吸)

1/3呼吸 (3回掻いて1回呼吸)

それぞれメリットもデメリットもあるので、自分のやりやすい方法でよい。

③身体面が原因と見られる解答

- ×太っているから水着がいや。
- ×塩素アレルギーなどプールや海に入れない体質だから。
- ×疲れるから
- ダイエットになるから

身体的諸条件

身体的な諸条件が、水泳に有利な場合と不利な場合がある。選手になろうとするものは、身体的な諸条件を備えて江いることが必要である。一般の人は、たとえ不利な条件があっても、自分に適した泳ぎ方を選ぶのが賢明である。

(1) 筋力

速く泳ぐためには、強い力で水を後方に押すことが大切である。そのためには強い筋肉が必要であり、一般に筋力強いものは速く泳ぐことが出来る。

図は総合筋力(腕筋力・脚筋力・背筋力及び握力の合計)と水泳スピードの関係を示した

ものである。筋力が少なければ速く泳げない。一方、全身の筋力が一定の調和を保っていなければ、水泳の技能習得に困難を感じることもある。腹筋力が背筋力に対してはなほだしく弱いものは、平泳ぎの習得が困難である。

(2) 柔軟性

クロールを泳ぐとき、足首が良く伸びないものは、有効なばた足が打てない。反対に、平泳ぎでは足首が良く曲がるものが良い。水泳選手は、一般の人々に比べて、足首の関節の可動範囲が大きい。足首が非常に固くて、平泳ぎのかえる足の習得がほとんど不可能に近いものがまれにいる。

(3) 塩素アレルギー

塩素アレルギーとは、塩素消毒してあるプールに入るとアレルギー性鼻炎に似た症状を起こすものである。鼻水・くしゃみが出たり、皮膚が荒れたりする。塩素アレルギーの子どもは、学校の水泳授業の時、塩素濃度の高い腰洗い槽に入らないよう気をつけないといけない。かつては「アレルギー体質」は主に「遺伝」の側面から考えられていた。しかし、あまりに近年急増してきたので、特に戦後数十年の間に日本に起こった生活習慣や環境によって、体質そのものが変化し始めていると指摘されている。

具体的には、食生活、住宅、公害、ストレスなど。しかし今のところ、はっきりとした原因と言えるものは解っていない。

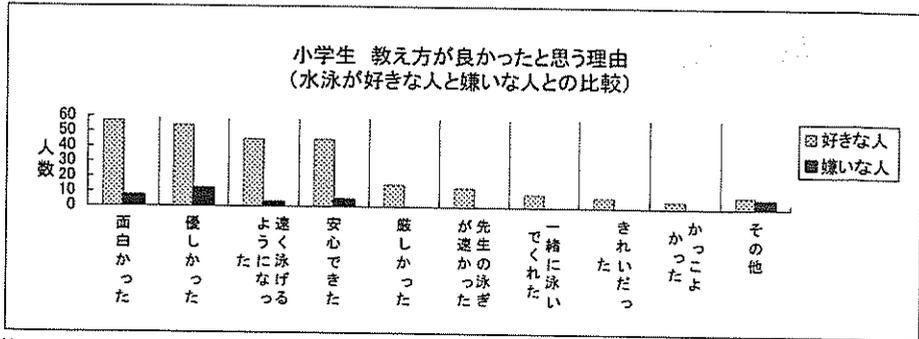
④精神面が原因と見られる解答

- ×後からプールに入ってきた子にぬかされたから。
- ×コーチもしくは先生がきびしすぎたから。
- ×コーチが嫌だったから
- ×妹・弟のほうがうまくなったから。
- ×「泳ぎ方が変だ」って笑われたから
- ×水が怖くなるような経験をしたことがあるから
- ×水が怖いから
- 人よりうまくなったから。
- プールに友達ができて楽しかったから。
- コーチもしくは先生がほめてくれたから。

精神面については、水が怖いという回答のほかにも、身近な指導者や友達や兄弟とのかかわりの中で、水泳嫌いを招いたという結果が得られた。そこで、最も影響を与える指導者に視点を絞り、どのような支援が理想だと考えるのかアンケートをとった。

〔アンケート 良かった指導と悪かった指導〕

今まで教わった先生やコーチのどこがよかったか、またどこが悪かったかアンケートを取った。小学生と大学生それぞれの水泳が好きな人と嫌いな人との意見を比較する。

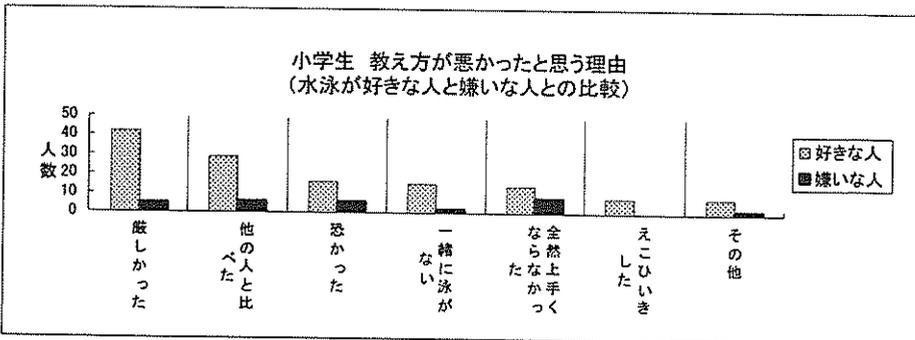


教え方が良かった他の理由 (好きな人)

- ・少しうまくなった
- ・うまくなった
- ・教え方がうまい
- ・細かいところまで教えてくれたから
- ・わかりやすくおしえてくれた
- ・どこが良いか悪いか教えてくれたから
- ・うまくなったら誉めてくれた
- ・速く泳げるようになるやり方を教えてくれた

教え方が良かった他の理由 (嫌いな人)

- ・わかりやすかった
- ・よく声をかけてくれたり、誉めてくれたりしてくれたから
- ・泳ぎ方のコツを教えてくれたから
- ・一緒に泳いでくれた
- ・厳しかった
- ・先生の泳ぎが速かった



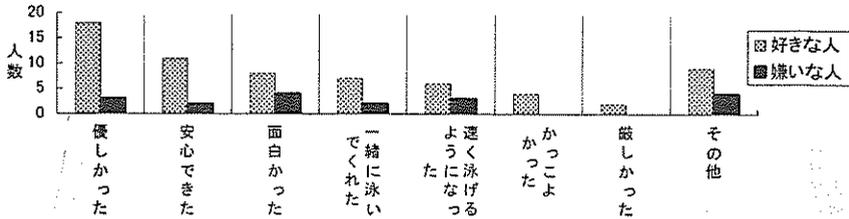
教え方が悪かった他の理由 (好きな人)

- ・後回しにされる
- ・あまり見てくれなかった
- ・「殺す」などの発言をするから
- ・くどくど説明が長かったから
- ・ふざけていた
- ・あまり教えてくれなかった
- ・ひっかかれた
- ・先生が泳げない

教え方が悪かった他の理由 (嫌いな人)

- ・先生が泳げない
- ・えこひいきした

大学生 教え方が良かったと思う理由
(水泳が好きな人と嫌いな人との比較)



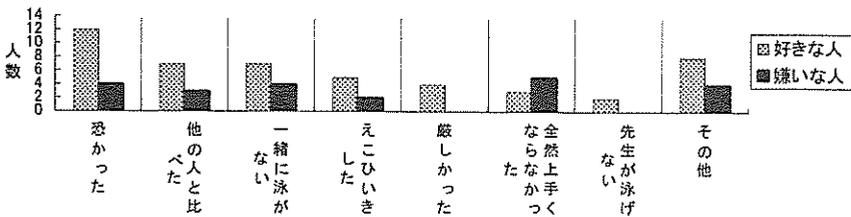
教え方が良かった他の理由 (好きな人)

- ・教え方がうまい。分かりやすい。長くない。
- ・息継ぎが苦しくなくなった。
- ・一つ一つ丁寧に教えてくれたから。
- ・なんとなく泳げるようになった。
- ・とにかく褒めてくれた。
- ・例えがうまい。
- ・生徒のことを考えているという気持ちが伝わってきた。
- ・先生の泳ぎが速かった。
- ・きれいだった。

教え方が良かった他の理由 (嫌いな人)

- ・泳ぎ方の理論が良く理解できた。
- ・具体的に教えてくれた。個人的に教えてくれた。
- ・泳ぎやすくなった。
- ・遊びのように教えてくれた。

大学生 教え方が悪かったと思う理由
(水泳が好きな人と嫌いな人との比較)



教え方が悪かった他の理由 (好きな人)

- ・口だけの指導のみの人。
- ・わかる指導をしてくれなかった。
- ・泳げないと、顔に水をかけられた。
- ・遊び心が無い。
- ・教えるスピードが速い。
- ・指導者が水泳を知らなかった。
- ・言い回しが難しい。
- ・無理矢理。

教え方が悪かったと他の理由 (嫌いな人)

- ・タイムを重視した。
- ・殺されるんじゃないかと思った。
- ・プールに落ちたのに助けてもらえず、苦しんでプールサイドにつかまったら「がんばった」と褒められたが、本当は助けてほしかった。
- ・厳しかった。

あなたが水泳を好きになるために、またはより好きになるために、先生またはコーチにどのような支援をしてほしいか。大学生のみの質問 (好きな人)

- ・言葉だけで説明するのではなく、実際にやって見せてくれたり、水の中で教えてほしい。

- ・あこがれてしまうような格好いい泳ぎ方をしてほしい。
- ・自分がよりうまくなるようにして欲しい。速く泳げるようになるようにして欲しい。
- ・的確なアドバイスをしてくれる。
- ・ちゃんと知識を知っていて、練習メニューが組めるように。
- ・楽しくしてほしい。
- ・きれいなフォームで泳げるように指導してもらいたい。
- ・親切にできるまで教えて欲しい。
- ・途中で見捨てないでほしい。
- ・一人ひとり出来具合が違うので、個人的に教えてくれると早くうまくなれると思う。
- ・無理のない指導。
- ・焦らず出来ることから少しずつ。ゆっくり。
- ・何度失敗しても諦めずに一緒にチャレンジしてくれる。
- ・タイムにこだわらない。
- ・一緒に入って、論理ではなく一つ一つ教えるような支援。
- ・まず、水に対する怖さを取り除いてほしい。一緒に泳げば、安心して泳げる。
- ・優しく。面白く。飽きないような。
- ・泳法はもちろんだが、遊びを交えた親しみやすいプール支援をして欲しい。
- ・努力を認めて欲しい。
- ・できたことを誉めてくれたり、ちゃんと見て欲しい。見てくれないとやる気も出ないし、これでいいやってサボる。
- ・けなしたりすると、モチベーションが下がる。
- ・他人と比べず、その子が泳げるようになるまで責任をもって教えぬいて欲しい。
- ・笑顔でポイントをつけて教えてほしい。
- ・泳げないのに強制するのではなく、遊び感覚から少しずつ慣れさせていく。
- ・能力を伸ばす。
- ・劣等感を抱かせない。
- ・泳げない子に視点をあわせる。
- ・達成感が感じられるような支援。
- ・普段からコミュニケーションをとる。

(嫌いな人)

- ・まず手本を見せて欲しい。そうしないと説得力がない。
- ・時には息抜きをして欲しい。
- ・教えてもらっている側の目線で教えて欲しい。
- ・泳げない子には個人的に指導する。

- ・できたら誉めることを忘れない。
- ・一斉指導でできなかった子へのフォローが欲しい。一斉に指導を受けて、その後すぐに流して泳ぐという授業ばかりだったから、泳げないことが周りの子にもわかるようになり、どんどん嫌になってしまった。
- ・レベルに応じた指導。
- ・一緒に泳いでほしい。
- ・個人の実力の伸びを見てほしい。
- ・的確なアドバイスをしてほしい。
- ・「後少しだよー、ガンバレー」と声をかけながら引っ張って行ってほしい。
- ・水泳の授業をなくしてほしい。恐怖が募るだけ。
- ・楽しさを教える。
- ・小さいころからスイミングに通う。
- ・水の高さを低くしてほしい。

5. 個に応じた指導法

以上の結果をふまえて、個別化した指導を考える。

- 1 子どもの実態をつかむために授業の前にアンケートをとる。
- 2 子どもは授業の前に自分にあつためあてを設定する。
- 3 指導者はそのめあてを克服できるように助言・指導をする。
- 4 子どもはめあてを達成すると、「できるようになった」と喜びを実感し、次のめあてを考え次時にのぞむ。
- 5 指導者は子どもの姿勢を見とって評価→指導→評価→指導…と繰り返す。そのとき、一時間の授業で全員を見るのは難しいので、子どもが書いた学習カードを参考に評価する。また、パディを組んだ友達と相互評価させる。

<指導例>

Aさん：水に入ることを怖がる。

- (1) 本時のめあて…プールサイドやシャワー場で水遊びをしよう。
- (2) 指導者…遊びを通して水に慣れるよう支援する。
- (3) 次時のめあて…水中じゃんけんなど、プール中の遊びをする。

Bさん：面かぶりクロールができるが、呼吸ができない。

- (1) 本時のめあて…呼吸するときに、後ろを見るようにしよう。
- (2) 指導者…指導者が後ろから歩いてついてき、「呼吸をするときに先生の顔を見てみよう。」と声かけをする。

(3) 次時のめあて…息継ぎのとき、あごから顔をあげる。ひざを伸ばす。

Cさん：スイミングスクールに通っており、どの泳法も速く泳げる。

(1) 本時のめあて…タイムを縮めよう。

(2) 指導者…息継ぎの数を減らす。キック力を強くするためにビート版でキックの練習をするよう指導する。また、先生と一緒に泳げない子の補助をしてもらう。任せる。

(3) 次時のめあて…平泳ぎの手のかきを強くする。

個別支援（自閉症の子ども）：顔は洗えるが、プールは腰の高さまでしか浸かれなく、それ以上の深さは恐怖心からかいられない。プールの壁をつたいながらプールをぐるぐる歩いて回る。水遊びは好き。

(1) 単元目標…

○順番を守って仲良く運動したり、心得を守ったりしながら、水遊びに進んで取り組もうとする。

○水遊びの仕方を知り、自分のめあてを持って、遊び方を工夫しながら水遊びを楽しむ。

○水に顔をつけたり、水中を歩いたりして、水遊びを楽しむ。

(2) 手立て…

○プールに入水する前の準備遊びをする。陸上で水なれをする。

○浮く・沈む遊具を使って水遊びをする。

○先生の手を引いて、壁から離れて水中歩行する。

6. 横浜市の指導資料

(1) 略

(2) 学習評価について

これまでの学習評価は、体力の向上や、より高度な技術の習得をねらいとする体質の考え方のもと、運動技能の優劣や達成度が主要な観点としてとらえられてきた。

しかし、これからは、生涯体育・スポーツを志向し、運動の特性に触れる楽しさや喜びを深めさせるとともに、

- ・それがどのレベルまで深まったか
- ・それに伴ってマナーや運動の行い方はどのように変化してきているか
- ・運動の技能はどのように伸びてきたか

などの相互の関連を図りながら学習が展開されるような評価が重要となる。

そのためには、児童生徒が正しく自己を理解して適切な課題を設定し、その課題達成に向けた主体的な学習が展開できるよう指導・支援していくことが大切である。

- ・児童生徒の状況に応じて自己の課題を明確に設定しているか

・練習の行い方や運動の環境はどうであるか

などに配慮するとともに、個に応じた教師の適切な助言や指導は不可欠となる。

さらに、教師自身が自己の指導の成果を確認を確認するとともに、課題を見出し、その後の指導の改善に役立てることが大切である。

まとめ

私は、研究を始める前は水泳嫌いな子はスイミングスクールでちゃんとした指導を受けられなかったからだと思っていた。しかし、研究を進めていく中で、子どものできる・できないは指導者の如何に関わってくるのがわかった。つまり、物的環境だけではなく、人的環境も大きく影響するのではないかと考えた。

子どもは大抵運動が好きであり、水泳だってスイスイ格好よく泳ぎたがる。だからこそみんなに泳げるようになってほしい。水泳嫌いや、水に恐怖を感じる子どもがいるのは悲しいと思う。その原因が指導者にあるのならなおさら改善すべきではないか。

実際にアンケートをとって、水泳嫌いな理由は個々に異なるが、共通して見えてきたのは指導者がどれだけ子どもに関わっているかということだった。実際の学校教育の中でも「水泳が楽しい」「泳げるようになった」と子どもが喜びを感じられるための努力や研究がなされている。技術ばかりを教えるのではなく、子どもの変化に気づき、励まし、認めることで精神的な面もフォローすることができると思う。これは水泳のみにいえることではなく、子どもと関わっていく中で、全てに共通して言えることなのではないだろうか。

私は、子どもが「楽しい」「面白い」「もっとやりたい」と言ってくれるような指導をしたい。子どもの生の声を聞き、一人ひとりの訴えに答え、少なくとも「先生のせいで水泳が嫌いになった。」とは言って欲しくない。そのために、論文を書く上で集めた資料をいっそう研究して自分の指導へと生かしていこうと思う。

参考文献

- ・『体育授業研究 第25集』体育の不得手な児童生徒を生かす授業作り事例集（高田典衛責任編集）
- ・横浜市水泳実技講習会資料（H14）
- ・『ゆめはまたいいく 小学校体育科指導の解説』（横浜市小学校体育研究会著作兼発行、代表 瀬尾清寿）
- ・『改訂 水泳 体育図書館シリーズ⑦』（宮畑虎彦・杆測政光共著、宮脇泰軒発行）
- ・『叱るより、ささやけ 一流を育てるために必要なこと』（奥田精一郎著、藤島大聞き書き、佐藤隆信発行）