

平成16年度 水泳指導計画

名張市立長瀬小学校

1. 目的

自己の能力に適した課題を持たせ、水泳の技能を養う。

プールの使用規則を守り、安全に運動すること、衛生に気をつけること等の水泳の心得を理解させ、日常生活に生かすことができるようにする。

2. 実施期間

6月29日(火)～ 7月15日(木)まで

* 事前指導は、6月25日(金)第5限 家庭科室で全校児童対象に行う。

3. 実施規定

次のような場合は中止とする。

(1) 雨天時

(2) 水温 22 以下の場合

(3) 水温と気温の差が 5 以上ある場合

* その日の天候等の状況を考え、朝の打ち合わせの際に実施判定を行う。

4. 日程(2時限計画)

(1) 人員点呼-----玄関前で

(2) 着替え-----プール横男女更衣室

(3) 準備体操、シャワー

(4) 水泳(10分)

(5) 休憩(5分) * (4)(5) 繰り返し

(6) 整理体操、シャワー

(7) 着替え

(8) 人員点呼

5. 泳力別編成

個に応じた指導をするために第1回水泳時に泳力別編成をする。

(1) 初級-----蹴伸び6m程度まで

(2) 中級-----クロールまたは平泳ぎで20mまで

(3) 上級-----クロールまたは平泳ぎで息継ぎをしながら20m以上

6, 実施計画

日	曜	第 1 限	第 2 限	第 3 限	第 4 限	第 5 限	第 6 限	行事・その他
29	火			プール開き				
30	水							
1	木			水泳指導				
2	金							
6	火							
7	水			水泳指導				部会教研
8	木							
9	金			水泳指導				校内研修会
12	月			水泳指導				個人懇談会・救急法講習会
13	火			予備日				個人懇談会
14	水			予備日				給食終了
15	木		水泳指導					

< 原則 >

- ・ 期間中の体育は全時間、他教科に振り替える。
- ・ 学習予定の連絡をする際、雨天時の予定は平常時間割とする。

7 . その他

- ・ 出入り授業の連絡もれのないようにする。
- ・ プール清掃は、6月22日(火)3・4限に行う。(雨天の場合、*順延*)
- ・ *事前にプールサイドの草の下刈りをしておく。――→ 6月16日(水)*