

6月8日(月) 朝会のお話

水泳学習が始まります

～ 生涯にわたって、豊かなスポーツライフを ～

みなさん、おはようございます。

今日から、水泳学習が始まります。まずは、1, 2年生が3・4時間目にチャレンジする予定です。みなさん頑張ってくださいね。

さて、水泳学習では、低学年・中学年・高学年で、やる内容や目標が少しずつ違います。その違いを説明しますね。

まずは、みなさんが聞いたことがある「クロール」や「平泳ぎ」。これは5・6年生がチャレンジする内容です。だから、1～4年生の人が、クロールができないとか、平泳ぎができないとか、心配することは全くありません。水が怖くなくなるように、たくさん泳いでみてください。



では、中学年はどうでしょうか？

「浮いて進む運動」と「もぐる・浮く運動」となっています。だから、いろいろな姿勢でもぐったり、け伸びをしたり、楽な姿勢で水の中を動けるようにしましょう。

そして、低学年です。

低学年は、「水遊び」の学習になります。あそびだからと言って、先生のお話を聞かないのはダメですね。先生のお話をよく聞いて、水の中で歩いたり、走ったり、息を止めたり、吐いたりできるようにしましょう。

水泳学習は、好き嫌いがはっきりしていると言われています。ちょっとみなさんに聞いてみましょう。水泳が好きな人？ 嫌いな人？

いろいろな人がいますが、先ほどお話をした学年ごとの目標に向けて、チャレンジしてみてください。

最後に水泳学習のポイントです。

水の中は、息ができないし、地上のようにうまく動くことができません。

だからこそ、先生方のお話をよく聞いて、

「安全第 1」で水泳学習に取り組みましょう。

