体育指導・評価法(水泳)

更新日：2019/07/16 20:44:13

開講年度	2019	学期	前期, 後期	ｼﾗﾊﾞｽｺｰﾄﾞ	19060440		
学年	2	曜日/時限		単位数	2.0	科目コード	190604800
担当教員							
学部/学科	大学						
備考							

授業概要

学校体育における水泳指導場面を想定した授業が中心。新学習指導要領に完全準拠した内容で展開する。初心者の水泳指導場面では、「床に足をつけた運動」（健康づくり領域で言うところの「水中運動」）から「体を浮遊させる運動」、その次に、「水中を進む運動」へと発展させるのが理想的で、この段階的指導について、身体の仕組みや機能、運動の発達系統や運動学習理論といった身体運動科学での知見を盛り込むと同時に、安全教育や安全対策（溺水者への対応や救助法の実際、さらには着衣水泳の体験学習など）を含む指導法授業を展開する。
「水泳」をテーマとして、『体育』（体育理論含む）そのもののあり方やその指導および評価についても基礎段階から学習する。特に「体育理論」を踏まえた体育内容では、中学高校の他教科との連動が不可欠となる。例えば学習指導要領で明記されている「浮く」「進む」「呼吸」の運動技能理解には理科内容は必須となるが、そうした『体育』を理解し、指導できるようになることを目的とする。

到達目標

1	・中学・高校の新学習指導要領に基づき、適切な学習目標を設定しその目標を評価できるような水泳指導の基盤を確立できる（理論構築：『初心者指導の注意点』レポート・理解度チェック⇒「わかる」）。
2	・学校等の集団で水泳指導する際の注意点や対処法について実践することができる（最低限の実技能力であるビート板バランス、１０分間泳含む⇒「できる」）。
3	「理論」と「実践」は従属事象の関係であることから、「理論」８０％　×　「実践」８０％　⇒　指導力　６４％程度になることから、最低限「わかる」水準は８０％以上が到達目標に。

授業計画（テーマ）

1	学校水泳教育概要【学習指導要領】、授業の進め方説明
2	初心者指導～水に慣れる：水泳らしい呼吸法への理解（生物進化）
3	初心者指導～『浮く』『沈む』（体育と理科との総合学習：物体の性質への理解）
4	初心者指導～水中運動のあれこれ：ゲームやトレーニング
5	初心者指導～進むための姿勢：抵抗の小さな姿勢づくり（水泳運動の力学的特徴）
6	泳法指導～初心者のクロール指導（クロールの歴史と産業革命後の世界史）
7	泳法指導～初心者の背泳ぎ指導（エレメンタリー・バックストローク）（「反射」の抑制）
8	泳法指導～初心者の背泳ぎ指導（腕動作と呼吸との連動）（呼吸の仕組み・角運動量保存則）
9	泳法指導～初心者の平泳ぎ指導（「分習法」の理解、平泳ぎの歴史：瀬戸内海『海賊流』）
10	泳法指導～初心者のバタフライ指導（バタフライは「平泳ぎ」が先祖：泳法習得は歴史に学べ）
11	泳法指導～初心者の横泳ぎ・立ち泳ぎ指導（日本の武術を学ぶ：「水術」）
12	水泳における安全教育～救助法・着衣水泳
13	水中でのボールゲーム～水球（WaterPolo：なぜ「ポロ」なのか？英国スポーツ史）
14	「泳ぐ」とは～１０分間泳テスト：有酸素運動への理解（消費エネルギー推定）
15	学校体育における「水泳」の評価法～命を学ぶ学習評価の問題

ディプロマ・ポリシー との関連性

③武道、体育及びスポーツに関する専門知識を修得し、体育学における諸事象を論理的・実践的に表現できる。

受講・学習上のアドバイス

・初心者指導に力点を置いているので、自身が水泳初心者であっても、授業によって上達できます。
・「泳」とは長時間水中で運動継続できることを意味するからで、この授業では「速く」泳ぐことを目指しません。
・ポータルサイトから予習教材や課題を配信します。それを元に「学習ノート」を作成すること（事前学習２ｈ）
・予習を含めて授業内容に関する理解度レポートや理解度チェックを課します（事後学習２ｈ）

評価方法

[評価項目 / 割合 / 評価基準等]
試験　　/ 50% / ビート板バランス、10分間泳は必須課題（実技「できる」）
レポート　/ 50% / 初心者指導レポートは「正しい理解」が条件（理解度チェック含む：「わかる」）
その他　　/ 0% / 「わかる」水準は８０％以上の理解（レポート及び理解度チェック）

教科書（書名、著者、出版社、ISBNコード、備考）

・高校「保健体育」教科書（大修館書店）は必須携行

参考書（書名、著者、出版社、ISBNコード、備考）

・中学校、高校の新学習指導要領「保健体育」
「水泳指導の手引き」（文部科学省ホームページ）

・高校「生物」「生物基礎」「物理」「世界史」「日本史」などの教科書類
・中学「理科」などの教科書類

その他