

小学校学習指導要領（平成29年告示）解説 体育編 【抜粋】

参考 小学校及び中学校の領域別系統表 (1) 「知識及び技能」

D 水泳運動系

◎低学年から中学年の技能の系統表

低 学 年		中 学 年	
水の中を移動する運動遊び	<ul style="list-style-type: none"> ○水につかっただの水かけっこ、まねっこ遊び ・水を手ですくって友達と水をかけ合う ・水につかっているいろいろな動物の真似をしながら歩く ○水につかっただの電車ごっこ、リレー遊び、鬼遊び ・自由に歩いたり走ったり、方向を変えたりする ・手で水をかきながら速く走る 	浮いて進む運動	<ul style="list-style-type: none"> ○け伸び ・プールの壁を力強く蹴りだした勢いで、体を一直線に伸ばした姿勢で進む ○初歩的な泳ぎ ・呼吸をしながら手や足を動かして進む ・ばた足泳ぎやかえる足泳ぎ
もぐる・深く運動遊び	<ul style="list-style-type: none"> ○水中でのじゃんけん、にらめっこ、石拾い ・水に顔をつけたり、もぐって目を開けたりする ・手や足を使っていろいろな姿勢でもぐる ○くらげ浮き、伏し浮き、大の字浮き ・壁や補助具につかまって浮く ・息を吸って止め、全身の力を抜いて浮く ○バブリングやボビング ・水中で息を止めたり吐いたりする ・跳び上がって息を吐いた後、すぐに吸ってまたもぐる 	もぐる・深く運動	<ul style="list-style-type: none"> ○プールの底にタッチ、股くぐり、変身もぐり ・体の一部分をプールの底につける ・友達の股の下をくぐり抜ける ・水の中でもぐった姿勢を変える ○背浮き、だるま浮き、変身浮き ・全身の力を抜いているいろいろな浮き方を ・ゆっくりと浮いた姿勢を変える ○簡単な浮き沈み ・だるま浮きの状態で、浮上する動きをする ・ボビングを連続して行う

◎高学年から中学校への技能（泳法）の系統表

高 学 年		中 学 校	
姿勢を維持しながらの運動	クロール	クロール	<ul style="list-style-type: none"> ○バランスをとり速く泳ぐ ・腕全体で水をとらえ、水をかく ・一定のリズムで強いキックを打つ ・プルとキック、ローリングの動作に合わせて呼吸をする
	安全確保につながる運動	背泳ぎ	<ul style="list-style-type: none"> ○バランスをとり泳ぐ ・両手を頭上で組んで、背中を伸ばし、水平に浮いてキックをする ・肘が60～90度程度曲がるようにしてかく ・手・肘を高く伸ばした直線的なりカバリー ・プルとキックの動作に合わせて呼吸
浮き沈みをしながる運動	安全確保につながる運動	バタフライ	<ul style="list-style-type: none"> ○バランスをとり泳ぐ ・ドルフィンキックをする ・鍵穴の形を描くように水をかく ・手の入水時とかき終わりの時にキックする ・顔を水面上に出して呼吸をする
	平泳ぎ	平泳ぎ	<ul style="list-style-type: none"> ○バランスをとり長く泳ぐ ・両手で逆ハート型を描くように水をかく ・蹴り終わりで長く伸びるキックをする ・顔を水面上に出して息を吸い、キックの蹴り終わりに合わせて伸び（グライド）をとり進む

(2) 「思考力、判断力、表現力等」

領域	小学校 第1学年及び第2学年	小学校 第3学年及び第4学年	小学校 第5学年及び第6学年
水泳運動系	水の中を移動したり、もぐったり浮いたりする簡単な遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝える	自己の能力に適した課題を見付け、水の中での動きを身に付けるための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝える	自己の能力に適した課題の解決の仕方や記録への挑戦の仕方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える

領域	中学校 第1学年及び第2学年	中学校 第3学年
水泳	泳法などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝える	泳法などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝える

(3) 「学びに向かう力、人間性等」

領域	小学校 第1学年及び第2学年	小学校 第3学年及び第4学年	小学校 第5学年及び第6学年
水泳運動系	<ul style="list-style-type: none"> ・運動遊びに進んで取り組む ・順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をする ・水遊びの心得を守って安全に気を付ける 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動に進んで取り組む ・きまりを守り誰とでも仲よく運動をする ・友達の考えを認める ・水泳運動の心得を守って安全に気を付ける 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動に積極的に取り組む ・約束を守り助け合って運動をする ・仲間の考えや取組を認める ・水泳運動の心得を守って安全に気を配る

領域	中学校 第1学年及び第2学年	中学校 第3学年
水泳	<ul style="list-style-type: none"> ・水泳に積極的に取り組む ・勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとする ・分担した役割を果たそうとする ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとする ・水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配る 	<ul style="list-style-type: none"> ・水泳に自主的に取り組む ・勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする ・自己の責任を果たそうとする ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする ・水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保する