授業指導法（水泳）

科目ナンバリング　ESS-313
選択　　2単位

蛭間　栄介

1. 授業の概要（ねらい）

スポーツ方法実習（水泳）ⅠおよびⅡで学んだ4泳法および水中エクササイズについて、受講学生が指導案を作成し、模擬授業を実施します。模擬授業終了後に、授業を受けた学生からの振り返りシートと授業シラバスについていグループで討議をします。また、水泳の授業を行う場合の施設および安全管理についても学修します。

2. 授業の到達目標

1.水泳の指導教案の作成および指導案に沿った授業が実施できる。
2.4泳法のデモンストレーションができる。

3. 成績評価の方法および基準

授業ノート（40%）、レポート（20%）、実技指導（20%）、指導案（20%）の合計で評価をします。出席回数が授業回数の3分の2未満の学生は単位取得ができません。欠席は減点（5点）します。

4. 教科書・参考文献

教科書
教科書はありませんが、『中学校指導要領解説保健体育編』、『高等学校指導要領解説保健体育編・体育編』および『中学校および高等学校体育実技』に関する参考書を読むことを薦めます。また、必要に応じてプリントを配布します。
参考文献
『中学校学習指導要領』
『中学校学習指導要領解説　保健体育編』
『高等学校学習指導要領』
『高等校学習指導要領解説　保健体育編・体育編』

5. 準備学修の内容

保健体育科教育法で学んだ教材研究および指導案作成について復習しておいてください。また、授業前に授業ノートに各自の学修目標を整理しておいていてください。

事前に配布されたプリントおよび参考書を読むことに加え、LMSにある資料を視聴し、内容を理解しておいてください。LMSにある水中歩行、水中レジスタンスエクササイス、クロール、背泳ぎ、平泳ぎバタフライの資料を視聴し、各授業の前の週に3日間、実技課題（約1時間）の運動を行ってください。

6. その他履修上の注意事項

授業担当学生は、1週間前までに教案を蛭間に提出してください。

7. 授業内容

【第1回】　講義1：オリエンテーションと教案の書き方および水泳の基礎知識について理解する。
【第2回】　水泳に必要な準備体操について理解する。水慣れと水の特性を体験する。
【第3回】　浮き身からけ伸びの指導について学修する。
【第4回】　バタ足からクロール泳の指導について学修する。
【第5回】　クロール泳の呼吸とターンの指導について学修する。
【第6回】　背浮きから背泳ぎのバタ足の指導について学修する。
【第7回】　背泳ぎのスタートとターンの指導について学修する。
【第8回】　平泳ぎのキックの指導について学修する。
【第9回】　平泳ぎのコンビネーションと呼吸法の練習について学修する。
【第10回】　平泳ぎのスタートとターンの指導について学修する。
【第11回】　バタフライのキックの指導について学修する。
【第12回】　バタフライのコンビネーションおよびスタートとターンの指導について学修する
【第13回】　個人メドレーの指導について学修する。
【第14回】　水中のレクリエーションについて学修する。
【第15回】　講義2：水泳指導中に発生した事故について検討し、対処法について学修する。