

保健体育科教員を目指す大学生の水泳歴と泳力について

Relationship between swimming history and swimming performance in physical education college students

蛭間栄介

Eisuke Hiruma

帝京大学医療技術学部

Faculty of Medical Science, Teikyo University

キーワード：水泳、水泳指導、体育実技、小学校、中学校

Key words : swimming, swimming instruction, physical education, elementary school, junior high school

Abstract

The purpose of this study was to examine the relationship between swimming history and swimming performance in college students who study physical education. 203 students in T university participated in this study who were 52 students (4.6 ± 2.3 年)(S student) and 151 students (L student) studied swimming at swimming school and at local public school, respectively. They filled out questionnaires included where they studied swimming, how long they studied swimming, and how far they could swim. S students could swim longer than 25m which Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology provided in the primary school guideline. L students studied in the local public elementary school, junior high school, and/or high school swam 25m or more were 36.5%, 48.4%, and 66.6%, respectively.

目的

現行の学校指導要領^{1,2,3)}では、児童生徒の健全なる発育発達を目的に体育実技を行うことが求められている。その要領の中で水泳系領域においては4泳法(クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ)の習得に加え、記録の向上や競争の楽しさを味わわせることが求められている。

水泳系領域の授業時間として、小学校1年生から6年生までに年間各約12時間、中学校1・2年生では年間各約12時間ある^{1,2,5)}。小学校1年生と2年生では、水に対する恐怖心を起こさせない、あるいは取り除くために「水遊び」を主体にした授業内容である。小学校学習指導要領にあるクロールや平泳ぎの学習は、5年生からである⁴⁾。中学校3年生と高等学校では、複数の科目からの選択科目の1つに「水泳」が含まれており学習のねらいは、中学校1, 2年生で学んだ「泳法を身に付ける」ことのねらいを受けて「効率的に泳ぐことができるようにする」と「複数の泳法の取得やリレーなどの競技方法の取得」である^{2,3,5)}。水泳の授業は、児童生徒の体調などによる欠席や見学、あるいは授業当日の天候や水温などの外的要因による延期

や中止などにより必要な授業時間を確保されていない場合がある。特に、水泳は日常とは異なる環境における運動であり、児童生徒の十分な体調管理と授業実施のための施設管理が必要である。

地域住民のこころとからだの健康と体力を支えることを目的に、スイミングスクールが1965年に誕生し、現在では全国の1,000以上のスイミングクラブが一般社団法人 日本スイミングクラブ協会に登録している⁵⁾。また、スイミングスクールの事業の1つとして、地域住民に対しての水泳指導に加え、水泳指導の専門家の育成をおこなっている。特に、健康の維持増進や泳力向上のために、幼児から小学生における加入が多いのが特徴である。また、全国の各地域にスイミングスクールがあり、子供たちが通いやすいために、スイミングスクールに通わせる保護者が多いと考えられる。

よって、本研究は大学で中学校・高等学校の保健体育科教員を目指す学生の泳力と学校体育での水泳歴およびスイミングスクールでの水泳歴との関係を検討することを目的とした。

方法

平成26年4月から平成28年12月までに水泳の授業を選択したS大学2年生以上で、中学校・高等学校の保健体育科教員資格取得を希望している学生203名に対して、アンケート形式で調査を実施した。アンケート内容は、小学校、中学校および高等学校における水泳歴に加え、同時期におけるスイミングスクールでの水泳歴、自由形、背泳ぎ、平泳ぎおよびバタフライの泳能力とした。泳能力は、各泳法について1) 泳ぎが大変苦手である(0mと標記)、2) 25m未満(25mと標記)、3) 25m~50m未満(50mと標記)、4) 50m~100m未満(100mと標記)、5) 100m~200m未満(200mと標記)、および6) 200m以上(300mと標記)の6段階とした。学校での水泳歴、スイミングスクールでの水泳歴、泳法および各泳法の泳力の相関関係について統計処理をした。なお、2名の学生については、クロール50mと平泳ぎ25mを泳げる泳力を身に付けていたが、スイミングスクールおよび学校のいずれでも水泳指導を受けていないために本研究からは除外をした。よって、有効回答率は201名(99%)であった。

結果と考察

1. 学校とスイミングスクールでの水泳歴

アンケート調査に協力をした学生201名が学校で水泳指導を受けていた。スイミングスクールで水泳指導を受けた学生は52名(4.6±2.3年)であり、全学生の25.6%であった。これは、各学年で4人に1人がスイミングスクールで水泳指導を受けており、一般学生を含めるとさらに多くの学生がスイミングスクールで水泳指導を受けている可能性がある。また、学校で水泳指導を受けた学生は139名であった。その内訳は、小学校が139名(5.5±1.3年)、中学校が103名(1.9±1.4年)、および高等学校が22名(0.7±1.2年)であった。さらに、小学校から中学校(7~9年間)まで水泳指導を受けた学生は155名(76.3%)、小学校から高等学校(9~12年間)まで水泳指導を受けた学生は48名(23.6%)であった。中学校学習指導要領²⁾では中学校2年生まで水泳の授業を行うことになっているが、23%以上の学生は水泳の授業を受けていない。

2. スイミングスクールでの受講年数と水泳能力

スイミングスクールで水泳指導を受けた学生 52 名は、1 年間から 10 年間と受講年数に大きな開きがある (図 1)。クロール泳で泳力を判断すると、300m 以上が 16 名、200m が 2 名、100m が 16 名、50m が 16 名、25m が 2 名であり (図 1)、クロール泳とスイミングスクールでの受講年数には有意な相関関係は認められなかった ($r=0.256$)。小学校時代にスイミングスクールで水泳指導を受けていた学生は、小学校での指導時間にかかわらず、小学校卒業時までにはクロールあるいは／および平泳ぎで 25m 以上を泳いでいた。また、クロールで 25m しか泳げない 2 名の学生は、小学校でも 3 年間しか水泳の授業を受講していないが、他の 3 種目も 25m 泳げる泳力を身に付けていた。しかしながら、図 2 に認められるように小学校から高等学校までの水泳指導年数が増えたが有意な相関関係は認められなかった。また、クロール泳で 300m を泳げる学生は、14 名はクロール、背泳ぎ、平泳ぎおよびバタフライの 4 泳法で 200m 以上泳ぐことができる泳力を身に付けていた。競泳の試合における 4 泳法に必要な泳力は、200m であり、この 14 名は選手に必要な泳力を十分に備えている。さらに、これらの 4 泳法を 50m 泳げる学が 10 名いる。クロール、背泳ぎおよび平泳ぎについて 100m を泳げる学生は 18 名いる。このように、スイミングスクールで水泳指導を受けた学生 44 名は、4 泳法を 25m 泳げる泳力を身に付けている。しかしながら、スイミングスクールで 3 年以上の水泳指導をうけても 8 名の学生は、バタフライを経験していなかった。これは、スイミングスクールでは各泳法で 50m 以上を決められたタイム以内で泳げない場合には、進級ができないために上級クラスでの泳法を指導してもらえないからである。このように、スイミングスクールでは指定されたクラスで、指導を受けている泳法を用いて決められた距離やタイムで泳げるまでは、別の泳法を習えないために、習得している泳法に偏りがある。

3. 学校での水泳授業の受講年数と水泳能力

学校でのみ水泳指導を受けていた学生 148 名のうち、小学校から高等学校、小学校から中学校および小学校でのみ水泳指導を受けた学生は、それぞれ 36 名 (24.3%)、66 名 (44.5%) および 86 名 (58.1%) であり、授業年数と水泳能力の相関係数は $r=0.316$ であった (図 3)。小学校から高等学校 (10 年から 12 年間) に水泳の授業を受講した学生は、クロール泳が 20m から 300m であり大きな泳力差が認められた (図 4)。図 3 に見られるように、小学校から中学校および高等学校と学習年数が増えるにしたがい、泳力の向上が認められる。小学校で 2 から 3 年間しか水泳授業を受けていない学生でクロール泳が 0m は 6 名、15m は 4 名であり、6 年間でも 15m の学生が 2 名いた。また、小学校卒業までにクロールで 25m 以上泳げる生徒は 66 名 (77%) おり、沖縄県教育委員会の報告⁶⁾の 74.5% とほぼ割合である。小学校 6 年間で 4 泳法すべてが 25m 以上泳げる学生が 14 名、3 泳法が 25m 以上泳げる学生が 10 名、およびクロールと平泳ぎの 2 種目が泳げる学生が 6 名おり、小学校学習指導要領で規定されている「5, 6 年生ではクロールと平泳ぎの動き (泳法) を獲得する段階」⁷⁾を学習している学生が 30 名 (36.5%) いた。中学校 3 年生では、46 名 (76%) の生徒が 25m 以上泳げており、先行研究 (80%) を同じ割合である⁶⁾。また、中学校卒業までに 4 泳法すべてにおいて 25m 以上泳げる学生 32 名 (48.4%) は、中学校学習指導要領で規定されている「動きを (泳法) を獲得する段階 (クロールを長く泳ぐ、平泳ぎを長

く泳ぐ、背泳ぎ、バタフライ)」²⁾を満たしていた。高等学校卒業時には、36名全員(100%)が25m以上をクロールで泳げており、先行研究(71.4%)より高い割合を示していた。また、高等学校学習指導要領では「泳ぎ(泳法)の質を高める段階(4泳法を安定したペースで、効率よく、長く、速く)」³⁾と規定されており、高等学校卒業までに4泳法が50m以上泳げる学生と25m以上泳げる学生が、それぞれ12名(33.3%)と12名(33.3%)いた。このことから6割以上の学生が、高等学校での教育目標にある泳力を獲得している。

結論

本研究は、小学校から高等学校までに学校および/あるいはスイミングスクールで水泳指導を受けた大学生に対して、それぞれの水泳の受講歴と泳力の関係に明らかにすることを目的とした。アンケート調査に協力をした大学生は、中学校および高等学校保健体育科教員免許の取得を希望していた。スイミングスクールで水泳指導を受けた学生の泳力は、小学校から高等学校までの指導年数に関係が認められなかったが、小学校卒業までに規定されているクロールあるいは平泳ぎで25m以上を泳げる泳力を身に付けていた。また、小学校、中学校および高等学校学習指導要領で規定されている水泳指導の内容を満たしている学生は、それぞれ36.5%、48.4%および66.6%であった。

しかしながら、本研究では中学校・高等学校の保健体育科教員免許取得希望者を対象にアンケート調査を行っており、対象者は他の学生よりも体力や運動能力が高い可能性も考えられる。よって、一般学生を対象にした、学校やスイミングスクールにおける水泳の受講年数や泳力について検討をする必要がある。

引用文献

- 1) 文部科学省、小学校学習指導要領解説体育編、2007.
- 2) 文部科学省、中学校学習指導要領解説保健体育編、2007.
- 3) 文部科学省、高等学校学習指導要領解説保健・体育編、2007.
- 4) 一般社団法人日本スイミングクラブ協会、日本のスイミングクラブ 資料：聡明期からの足跡、2014.
- 5) 文部科学省、学校体育実技指導資料第4集(水泳指導の手引 三訂版)、p.95-104、2014
- 6) 沖縄県教育委員会、平成25年度児童生徒の泳力調査結果、pp.97-107、2016.

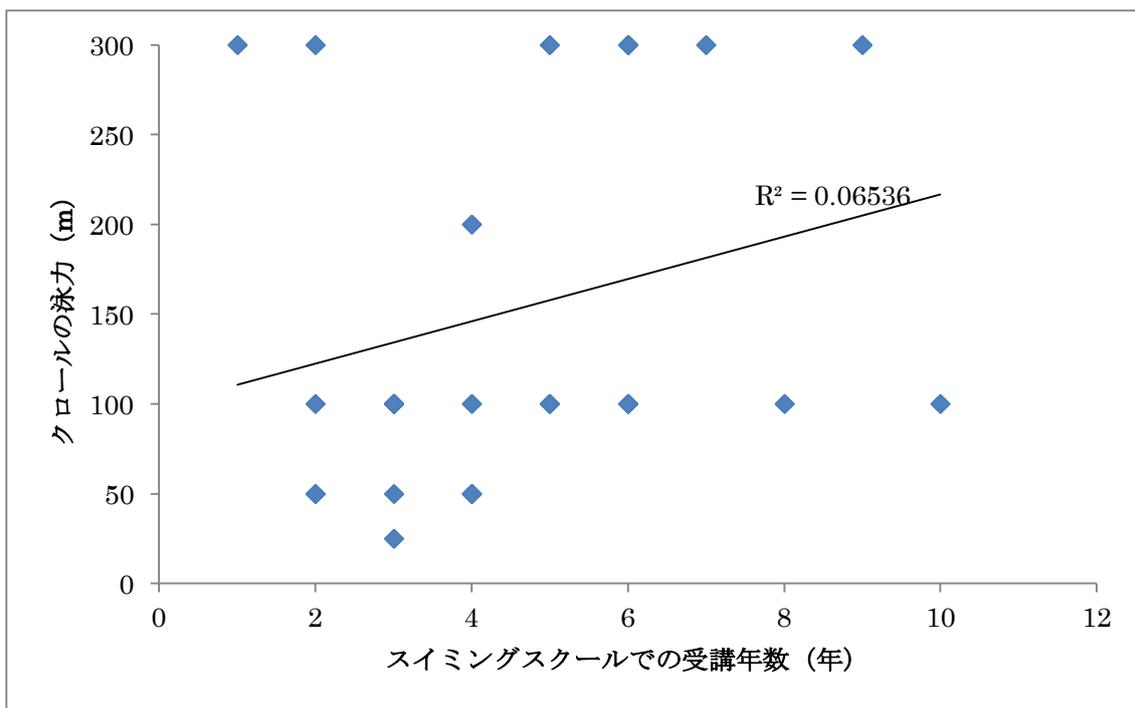


図1. スイミングスクールでの受講年数とクロールの泳力の関係

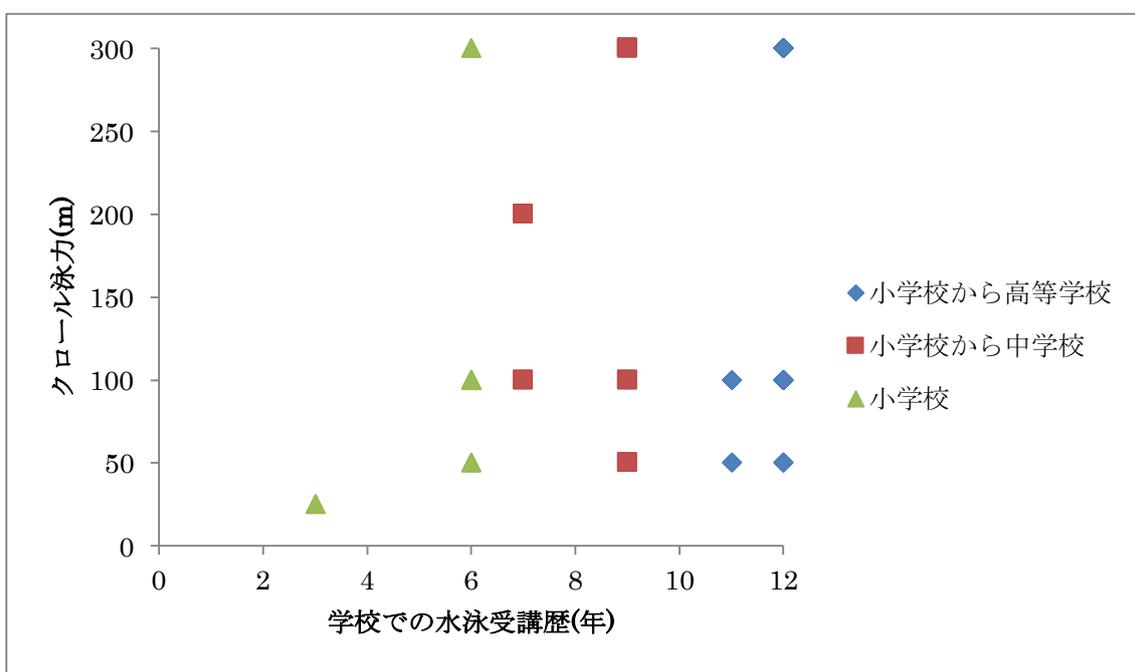


図2. スイミングスクールで水泳指導を受けた学生の学校での水泳授業の受講年数とクロール泳の関係

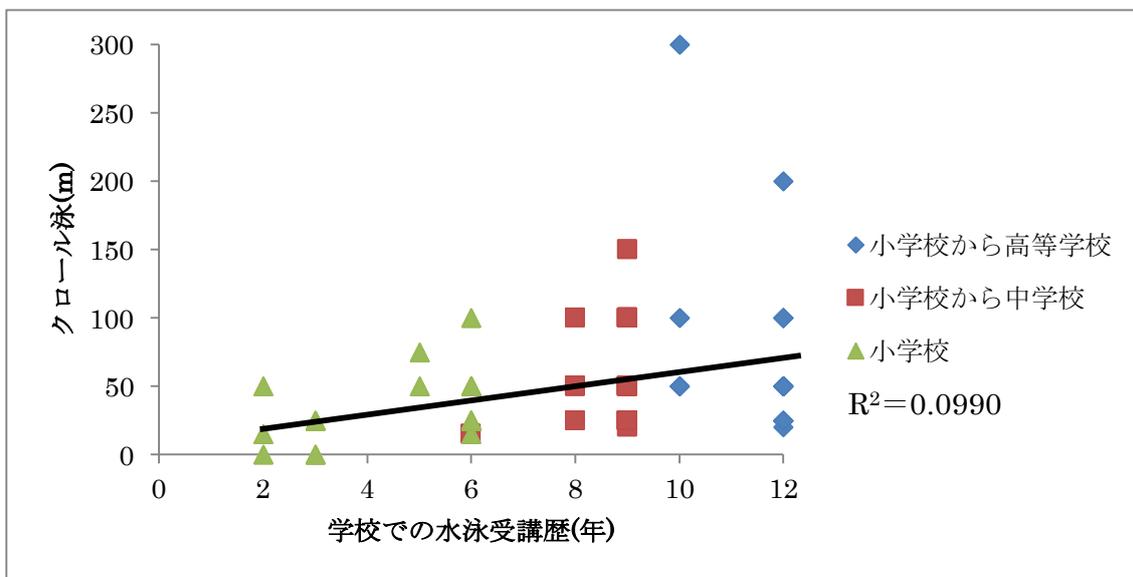


図3. 小学校から高等学校までの受講年数とクロールの泳力との関係