



豊田市立藤岡南中学校 校長だより

桜の木陰



保護者の皆様

豊田市立藤岡南中学校
校長 松山 貴久

梅雨が明け、一面の青空と深緑が美しい季節となりました。爽快な眺めとはうらはらに、熱中症の危険度が高まっています。ご家庭でも外出時は帽子を着用するなど対策をお願いします。

【近況】水泳授業の開始と子どもの状況

本年度は水泳の授業を開始することができました。今週は特に暑かったので、プールに入ることを楽しみにしていた生徒が多くいました。学校のプールに入るのは2年ぶりとなりますので、全学級の水泳授業の第1時間目に立ち合いました。そこで観察した状況をお話します。

水泳授業の様子（6月27日・29日）

どの学年も本校プールの使用は初めてですので、着替え場所、移動経路等の説明を保体教員から受けていました。久しぶりですので、着替えには時間がかかっていました。マスクをとって、プールサイドに集合します。今週の気温は35℃を超えました。水温は27℃前後でした。日差しが厳しいので、プールサイドに張られたテントの下で、直前の健康観察を行った後に、シャワーを浴びます。シャワーは温水です。その後、広がって準備体操をし、いよいよ入水です。

頭まで水につかる、3秒潜る、5秒潜る、水中じゃんけんなど水慣れをします。次に電車ごっこのように前の人の肩を持ち25mを進みます。本校プールの深さは両サイドが110cm、中央が130cmです。特に1年生からは、「深い、深い」と歓声が沸いていました。

その後、泳力を自己申告で確認し、泳力ごとに泳ぐコースを分けていきます。「25mに自信がない」と答えた生徒が集められたコースでは、蹴伸びやキック、クロールの指導を受けます。「自信あり」「25m泳ぐことができる」と答えた生徒は、自分の泳力に合わせて、休みながら25mを泳ぎます。保体教員から泳法の指導を受けるとともに、「泳ぎ過ぎ」についても指導を受けていました。この日は熱中症警戒アラートが発令されるほどの暑さでした。水泳の場合は、気温に加えて水温が大切です。一般には水温33℃を超えた場合には、水中にじっとしていても体温が上昇すると言われています。この日は、水温28度でしたので、水中でも激しい運動は避け、一度泳いだ後にインターバルをとるため、テントの下の日陰で休憩を取っていました。

このような様子で水泳授業を行っていました。1年生は、小学校高学年の時に水泳授業ができませんでした。小学校高学年で25m泳ぐことができるようになる場合が多いので、やはり、「25mに自信がない」と答えた生徒が7割程度いました。当然のことです。保体教員もこの状況に合わせて、「焦らずにやっ払いこう」と声をかけて、指導内容を調整していました。

2・3年生も同様に対応していましたが、小学校高学年の水泳経験があるためか、わたしたちの予想以上に泳ぐことができていました。しかし、「泳いでみて初めて、自分の体力が落ちていると思った」と気づく生徒もいます。コロナ禍による子どもの体力低下が叫ばれていますが、運動の機会を得て、ゆるやかに体力向上に努めていく必要を改めて感じました。