



子どもの水難事故防止に向けた  
水泳教育法の構築と実施

“生きるための水泳授業”  
報告書  
2024年11月29日



実施概要	P1-3
授業内容 1) 泳力別指導	P4-7
2) 独自の水泳練習具の使用	P8
3) 自分や誰かが溺れた時の対処法	P9-11
4) 事故時の対処法	P12-13
授業参加者数	P14
泳力判定	P15
泳力指導の結果	P16-20
芝浜小学校児童の意見	P21
芝浜小学校教諭の意見	P22-23
芝浜小学校保護者の意見	P24-26
目標に対する実施結果	P27-28
今後の継続実施に向けた課題	P29

## ■ 目的

- ・児童に対して質の高い指導
  - ・学習指導要領の範囲内での質の高い指導
  - ・水辺のリスクマネジメント知識の指導 と 体験教育
  - ・水辺のトラブルから身を守るための水泳スキルの指導
- ・児童の自主性(判断力、行動力、挑戦心)、協調性の向上
- ・水泳授業でのリスクの軽減
- ・担任教諭の労働負担の軽減
- ・教員の危険予測能力、指導スキル向上

学習指導要領の範囲を超えた指導

## ■ 背景



## <実施概要>

- 実施期間 2024年5月28日～9月27日
- 対象者 港区立芝浜小学校 小学1～6年生 全児童652人
- 実施場所 東京都港区立芝浜小学校 屋内プール
- 実施時間 90分(45分×2コマ)/回 更衣15分、授業60分、更衣15分
- 実施回数 1～4年生：全7回、5～6年生：全6回 (延べ82回)  
※夏季水泳特別授業を含む
- 運営組織 一般社団法人 日本セーフスイム協会
- スタッフ  
メインコーチ 平田  
サブコーチ 浦口、石田、柳下、柳下(萌)、川嶋 + 渡邊先生  
アシスタントコーチ 渡邊、宮本 肘谷コーチ



## 日本セーフスイム協会が行う 「生きるための水泳授業」



1) 泳力別指導



水泳指導のプロによる  
独自プログラム

2) 独自の水泳練習具  
(特許取得)の使用



呼吸法・浮き方・泳ぎ方が  
効率よく身につく授業

3) 自分や誰かが溺れた時の対処法



4) アクシデント時の対応法



実際に活動している  
ライフセーバーによる  
知識と実践豊富な授業

**文部科学省の学習指導要領に沿って  
リスクマネジメントをあわせた水泳プログラムを実施！**

## 泳力に応じたチーム分け

Step 1 第一回目の授業で、コーチのヒアリングと児童の自己申告により3組に分ける

Step 2 その後下記のドリルを行い、その達成度合いをもとに再編成する

	Aチーム	Bチーム	Cチーム
対象児童	25m泳げる	・何かしら5m泳げる ・ A、C 以外	水が怖い、不安
実施ドリル	(1)ボビング (2)12.5mバタ足 (3)クロールまたは背泳ぎで25m泳ぐ	(1)ボビング (2)バタ足ができる (3)浮力体あり、および無しで5～10m泳ぐ	(1)プールで顔を洗う (2)ブクブクパー (3)潜る(頭まで) (4)ボビング (5)カニ歩き



## Aチーム(25mくらい泳げる児童)



正しい浮き姿勢を実際に  
児童にやってもらいながら説明

コーチが呼吸時の  
頭や手の位置、姿勢を  
説明し、それを聞く児童





## Bチーム(A、C以外・水が怖くない児童)



ぱたぱたキックの練習  
足で水をとらえる感覚を覚えさせる



水泳練習補助具を装着して  
伏し浮きの練習  
浮く感覚を身体に覚えさせる

⑥



## Cチーム(水が怖い、不安な児童)



列を作って歩き、楽しみながら水慣れ

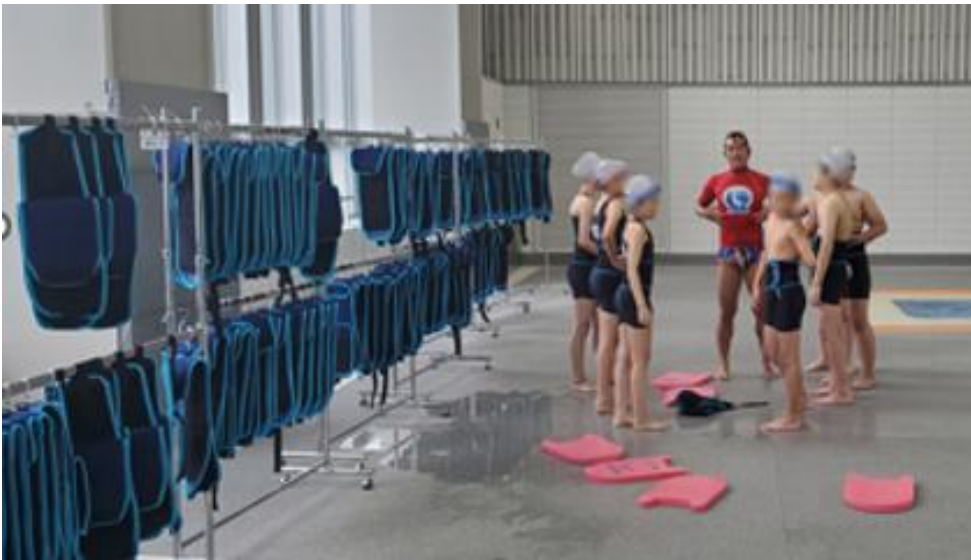


仰向け浮き身の練習。水が怖い  
ため顔を合わせながら浮く感覚を身につける

⑦



# 授業内容 2) 独自の水泳練習具の使用



水泳練習補助具の装着の仕方。  
ドローインを保った状態で胸郭を広げ  
肺に十分な空気を入れるための  
水泳式呼吸を指導



水泳練習補助具を装着してバタ足や伏し浮きでバランスを整えながら実践

⑧



### 水の流れとその力の大きさの体験



スタッフ配置、安全管理徹底のもと  
自分たちで水流をつくる



自分たちが作った水流の強さを体感する(上)と同時に  
反対向きに歩き逆流(下)の強さも体感



9



## 服を着た状態で泳ぐ体験(着衣泳)



弊協会が用意した簡易着衣スイム着を着て、安全な入水方法を実践



服を着て水に入った際の身体の動かしづらさを児童達が体験した後、どのように呼吸を確保すれば良いのか、身体を動かせば良いのかを説明



服を着た状態でペットボトルなど浮力体を使用したレスキューの体験



日本財団サポートによる簡易着衣

10



### 子供同士での救助体験（ペットボトルレスキュー等）



溺れた人を助ける時は、人(大人)を呼ぶ  
浮き具など溺者の顔面にぶつからないように  
渡すなどの説明を受ける児童



児童達がその場で選択した浮力体を利用したレスキューの体験  
呼吸を確保しながら安全に浮く為に、首元でしっかり抱えて浮くことを覚える

⑪

## 現役の救急救命医\*による講義

\*土屋光正 医師(川崎氏市立川崎病院 救急救命センター 救急科 副医長)

テーマ 「現場に遭遇した際、自分にできる最善の方法は何か」



「呼吸が止まってからどのくらいで生命の危機となるのか？」などを見童達に質問

⑫



## BLS(一次救命処置) 心肺蘇生法やAED使用方法の知識と実践



児童達をグループ分けして  
心臓マッサージの実技を体験

-1-2年生297人、3-4年生228人、5-6年生127人、合計652人が授業に参加

-泳力別指導比較データ対象：4回以上授業に参加した児童

(1-2年生277人、3-4年生213人、5-6年生105人、合計595人)

授業参加回数	1-2年生	3-4年生	G.Total	割合
7回	128	87	215	41%
6回	96	72	168	32%
5回	35	38	73	14%
4回	18	16	34	6%
3回	8	6	14	3%
2回	3	4	7	1%
1回	4	2	6	1%
0回	5	3	8	2%
合計	297	228	525	100%

授業参加回数	5-6年生	割合
6回	32	25%
5回	45	35%
4回	28	22%
3回	8	6%
2回	10	8%
1回	2	2%
0回	2	2%
合計	127	100%

全学年合計
652



## 児童の泳力をA～Cチームに分けた後、さらにスキル別に細かく級判定

級	チェック	スキル
1	<input type="checkbox"/>	平泳ぎ50m (1分30秒)
	<input type="checkbox"/>	レスキュー50m (BLS) 25m先の要救助
	<input type="checkbox"/>	クロール200m (水中休憩OK)
	<input type="checkbox"/>	ヘッドアップスイム25m (クロール・平泳ぎOK)
2	<input type="checkbox"/>	潜水キック12.5m(呼吸なし)
	<input type="checkbox"/>	巻き足30秒 (スカーリング)
	<input type="checkbox"/>	平泳ぎ50m
	<input type="checkbox"/>	BLS
3	<input type="checkbox"/>	平泳ぎビート板キック50m
	<input type="checkbox"/>	背面平泳ぎキック 25m
	<input type="checkbox"/>	クロール25m (ボールパス)
	<input type="checkbox"/>	25mクロール (12.5m折り返しクイックターン)
4	<input type="checkbox"/>	クロール50m (1分20秒)
	<input type="checkbox"/>	背泳ぎ50m (1分20秒)
	<input type="checkbox"/>	障害物スイム50m
	<input type="checkbox"/>	水中でぐり返し
5	<input type="checkbox"/>	背泳ぎ50m
	<input type="checkbox"/>	クロール25m (45秒)
	<input type="checkbox"/>	背泳ぎ50m (リング拾い)
	<input type="checkbox"/>	背面キックレスキュー12.5m
6	<input type="checkbox"/>	背泳ぎ25m
	<input type="checkbox"/>	潜水キック10m(ストリームラインキック・呼吸なし)
	<input type="checkbox"/>	片手クロール12.5m (呼吸あり、左右どちらでもよい)
	<input type="checkbox"/>	障害物 (バタ足からネットくぐり)
7	<input type="checkbox"/>	焼き鳥キック25m
	<input type="checkbox"/>	クロール10m (呼吸なし)
	<input type="checkbox"/>	けのびキック6m (呼吸なし)
	<input type="checkbox"/>	背面キック50m

級	チェック	スキル
8	<input type="checkbox"/>	焼き鳥浮き (5回ローリング)
	<input type="checkbox"/>	背面キック12.5m
	<input type="checkbox"/>	ビート板キック25m (呼吸あり)
	<input type="checkbox"/>	クロール5m (ビート板あり・呼吸なし)
9	<input type="checkbox"/>	ペットボトルレスキュー体験
	<input type="checkbox"/>	焼き鳥浮き (ビート板あり)
	<input type="checkbox"/>	浮き身 (うつ伏せ20秒・仰向け20秒)
	<input type="checkbox"/>	ビート板キック10m (呼吸あり)
10	<input type="checkbox"/>	両足蹴りスタート
	<input type="checkbox"/>	両足でポピング12.5m
	<input type="checkbox"/>	ビート板レスキュー体験
	<input type="checkbox"/>	浮き身20秒 (仰向け・ビート板あり)
11	<input type="checkbox"/>	バタ足3m(伏し浮き)
	<input type="checkbox"/>	その場で両足ポピング5回以上
	<input type="checkbox"/>	浮き身10秒 (うつ伏せ)
	<input type="checkbox"/>	息を吐きながらお尻を床につける
12	<input type="checkbox"/>	ビート板キック5m (呼吸あり)
	<input type="checkbox"/>	リング、スティック拾い
	<input type="checkbox"/>	浮き身5秒 (うつ伏せ)
	<input type="checkbox"/>	目を開けて頭まで潜りジャンケン
13	<input type="checkbox"/>	プールサイドにつかまって蟹歩き
	<input type="checkbox"/>	プールサイドにうつ伏せバタ足
	<input type="checkbox"/>	鼻と口でブクブク (バブリング) ができる
	<input type="checkbox"/>	顔つけを5秒以上できる

## 1－4年生は全7回、5－6年生は全6回の授業で 90%の児童の泳力向上

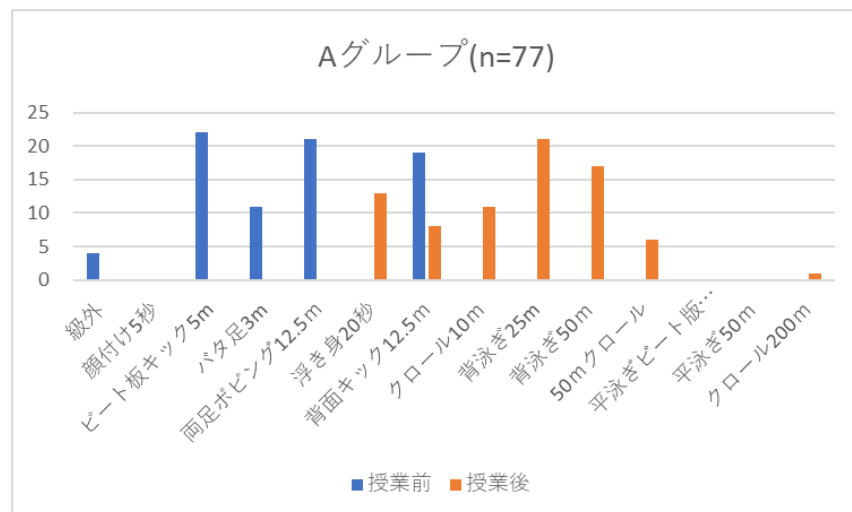
	対象児童数	泳力が向上した児童数	割合
1年	139	117	84%
2年	138	130	94%
3年	124	113	91%
4年	89	77	87%
5年	57	54	95%
6年	56	51	91%
合計	603	542	90%

- 全学年とも、授業参加回数が多いほど泳力向上
- 2級以上の上昇には最低4回以上受けるのが効果的と思われる

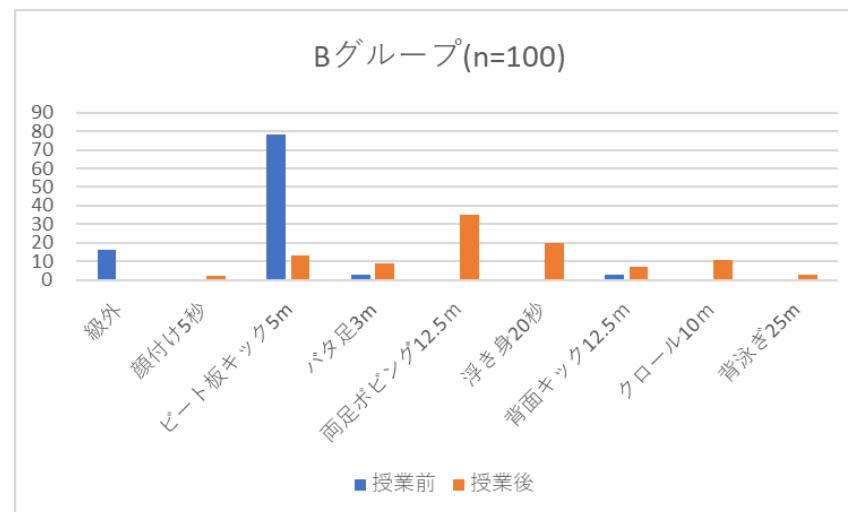
	1-2年生		3-4年生	
授業参加回数	人数	平均級上昇数	人数	平均級上昇数
7回	128	2.9	87	2.9
6回	96	2.6	72	2.7
5回	35	2.2	38	2.4
4回	18	2.4	16	1.4
3回	8	1.8	4	0.5
2回	3	0.3	3	0.3
1回	4	0	1	0
0回	5	0	4	0
	297		225	

	5-6年生	
授業参加回数	人数	平均級上昇数
6回	32	4.2
5回	45	3.3
4回	28	2.4
3回	8	1.1
2回	10	2.1
1回	2	0
0回	2	0
	127	

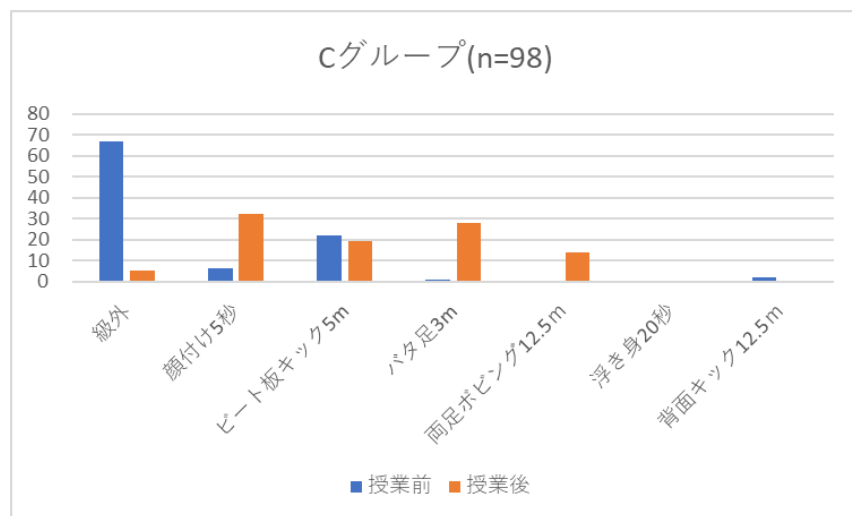
# <低学年>泳力別指導の結果



A: 「浮力体を使用しないと泳げない」から、  
「クロール、背泳ぎが25-50m泳げる」ように



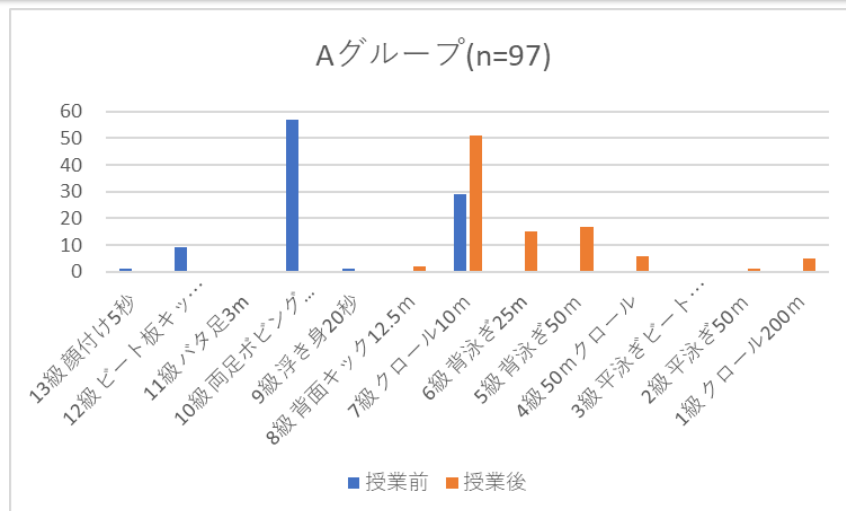
B: 「ビート板キックが少し出来る」から、  
「浮力体無しで自分で泳げる」ように



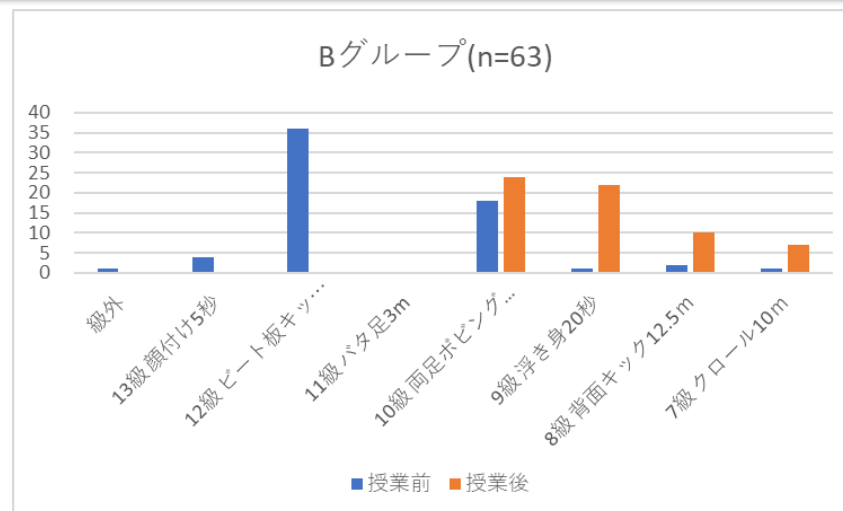
C: 「怖くて全く顔付けできなかった」状態から  
「潜ったりジャンプしたり水中で前進できる」ように



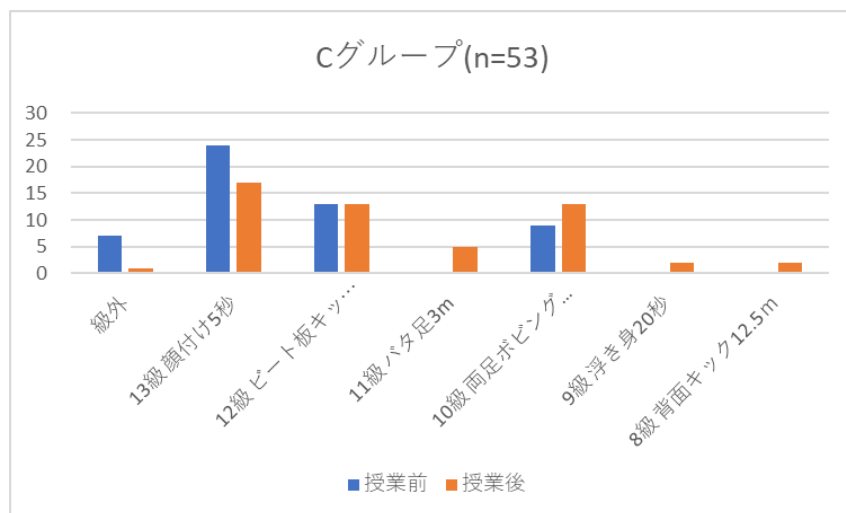
# <中学年>泳力別指導の結果



A: 「両足ボビングしかできない」から、  
「クロール、背泳ぎの泳法で泳げる」ように

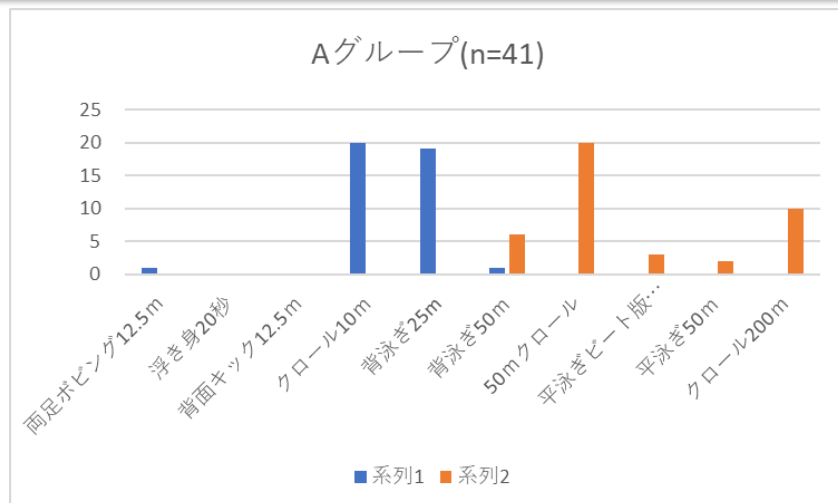


B: 「ビート板キック5m、両足ボビング」から、  
「浮ける」ようになり「背面キックやクロール  
が泳げる」ように

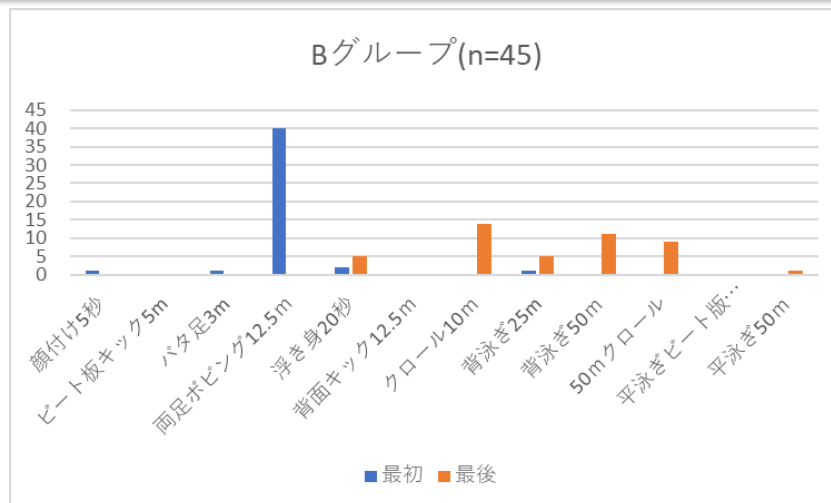


C: 「水に顔付けが少しできる」から、  
「浮き身20秒、背面キック12.5m」など  
水に浮けるように

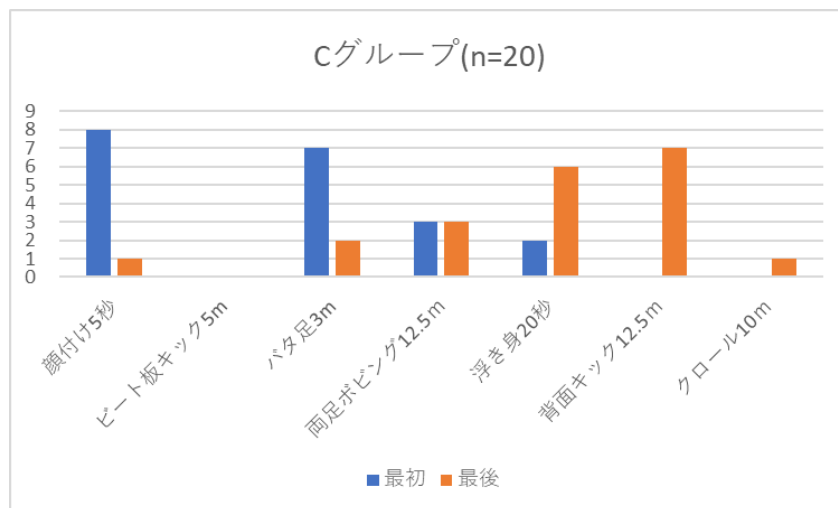
# <高学年>泳力別指導の結果



A: 「クロールで10mしか泳げない」から、  
「背泳ぎやクロールで50-200m泳げる」ように

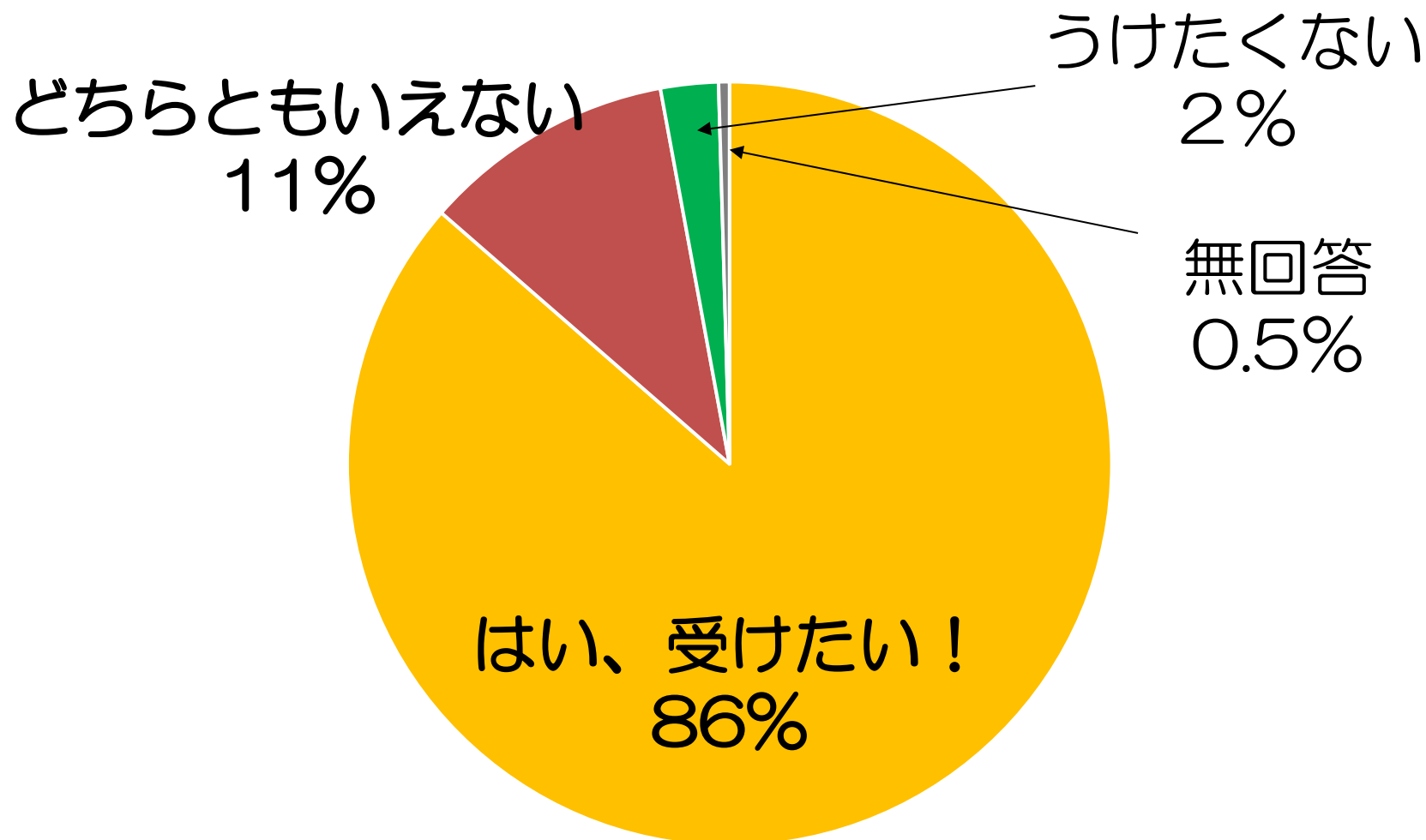


B: 「両足ポビングしかできない」から、「足をつかずにクロールや背泳ぎが25-50m以上泳げる」ように



C: 「顔付け、バタ足3mくらい」の状態から、  
「浮き身、背面キック、クロールが泳げる」ように

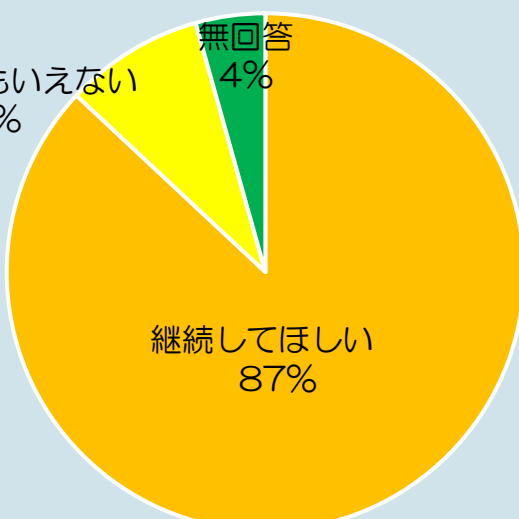
## 来年以降も今年のような水泳授業を受けたいか？



## 「生きるための水泳授業」は全学年の教員に 高く評価され、継続意向も非常に高かった

	安全性	生徒の成長度	水泳技術の習得
アンケート結果	<p>普通 35% 満足 35% 大満足 52%</p>	<p>普通 17% 満足 48% 大満足 35%</p>	<p>普通 4% 満足 57% 大満足 39%</p>
評価ポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>・安全を常に意識した授業</li> <li>・夏休み前に行ったこと</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・児童が楽しそうに授業に取り組んでいた</li> <li>・「○○ができるようになった！」という児童がたくさんいた</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・泳力別の指導（泳ぎが得意な子はどんどん泳力があがり、泳げなかった子は潜る、浮くが上達）</li> </ul>



		継続意向
アンケート結果		 <p>継続してほしい 87%</p> <p>どちらともいえない 9%</p> <p>無回答 4%</p>
継続		<ul style="list-style-type: none"> <li>・泳力別指導とそれにあわせたコーチの配置</li> <li>・夏休み前の「水辺で安全に過ごす知識と体験の授業」の実施。</li> </ul>
機会	低学年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学習要領にあわせ水遊びの要素を取り入れる</li> <li>・安全指導（「水辺で安全に過ごす知識と体験の授業」）の際の説明を簡単にする</li> </ul>
	中高学年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・浮き具の活用頻度を増やす</li> </ul>
	全体	<ul style="list-style-type: none"> <li>・指導内容・評価ポイント・教諭とコーチ陣の役割分担の事前共有</li> <li>・（夏休み中の指導）</li> </ul>

「生きるための水泳授業」の特に安全に関することは  
教えてもらえる場が少ないので、保護者に高く評価された。  
また、保護者の意識も高まり、  
授業公開や授業内容周知の声もあがっている。

	満足度	子どもの意識の変化	継続意向
アンケート結果	<p>非常に満足 44% 満足 45% どちらともいえない 10%</p>	<p>変化した 46% 変化なし 29% 非常に変化した 17% どちらともいえない 29%</p>	<p>継続してほしい 94% どちらともいえない 6%</p>
評価ポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>・安全教育: 家庭ではできない教育をしてもらえた点</li> <li>・水泳指導: レベル別の授業のため、子供が安心して授業を受けることができ、授業を楽しみにしていた点</li> </ul>		
期待	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業内容の共有/公開: 保護者も理解を深めたい</li> </ul>		

## 安全教育に関するご意見

ニュースで学校の水泳授業中に亡くなるお子さんがいることを知ったので、この取り組みがもっと全国に広がることを願います。(1年)

水遊びは危険があるということをしっかり教えてもらえてとても良かったです。普通のスイミングスクールでは習えないことを学校でやってもらえるのはありがたかったです。(3年)

川や海に遊びに行くことも増えてきて、ライフベストは着用させますがそもそも水辺での注意や生きぬくためのスキルを身に付ける機会をどう設けるべきか考えていたところでした。大変役立っております。ありがとうございます。(3年)

今年の夏、知り合いの息子さんが海で溺れて亡くなったので、この授業で本質的なことを教えていただき、良い教訓になったと思います。また来年もお願いしたいです。(3年)

温度や深さ、流れを確認して、大丈夫そうだったら入ると習ったと言っていました。家庭でも水辺についての注意喚起はしていますが学校でも教えていただけるとありがたいと思います。(2年)

生きるための水泳授業を受けた経験は、水辺のレジャーだけでなく災害時にも生かされると思います。夏休みに海に行きましたが、このような教育は家庭だけでは難しいと感じたので、とても有意義な授業だったと思います。(4年)

## 水泳指導に関するご意見

おぼれないようにするやり方を習って本人は前よりお水がこわくなくなって水泳が楽しくなってきたと話しております。(1年)

レベル別に授業を受けることができ、大変喜んでおりました。泳ぎ方のコツや、溺れた時の対応、浮き方等、たくさん学ぶことができ、有り難うございました。また、ぜひ来年も授業を受けさせたいです。(2年)

昨年までは、プールの授業を嫌がっていましたが、今年は皆様のおかげで、楽しんで授業を受けられたようです。ありがとうございました。(3年)

## 授業内容の共有/公開に関するご意見

「生きるための水泳授業」で子供達にどういうことを教えて下さっているのか、具体的に保護者にも教えて頂けたらありがたいです。それをもとに子供と改めて家庭でも安全について話をすることができますし、保護者も含めて、より理解を深めることができると思います。御検討よろしくお願い申し上げます。ありがとうございました。(1年)

子供から、この授業に関する話を聞けていないので、来年度は保護者が参観できる日を設けていただきたいです。授業自体はとても大切なことだと思うので継続希望します。(2年)

## 1.港区芝浜小学校での新安全水泳授業の実施

目標		結果
(1)実施学年	全学年	全学年実施
(2)水泳スキルの 向上度合い	スキルカルテの進級数 3～5段階以上(学年により異なる/進級検定結果にて)	・90%の児童が水泳スキル向上 ・スキルカルテの1.3～4.2級進級
(3)児童達の継続希望率	85%以上 (授業後のアンケート調査にて)	86%
(4)保護者の継続希望率		94%
(5)教員の継続希望率		87%



## 2. 広報活動



フジテレビ「めざましどようび」  
にて紹介



芝浜小学校SNSにて公開

課題	背景	解決策
教員の当安全水泳授業の実施意義の理解を高め、スムーズな授業の運営	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教員の中には、指導業務の負担軽減の為に当協会が指導業務を行っているという理解の人もある</li> <li>・教員とコーチの間の事前打ち合わせの時間が確保しづらく、連携がうまくできない時もあった。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教員への説明会実施(4月) 内容: 1)「生きるための水泳授業」の説明 2)指導カリキュラムの共有 3)教員とコーチの役割と責任 4)児童情報の共有 5)進め方の確認</li> </ul>
コーチ間での「児童のスキルの変化等」に関する情報の共有	情報をデータ化することができなかった	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業内容と児童情報などの共有システムの構築</li> </ul>
保護者のまきこみ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・当協会の指導内容について知らない保護者もいた</li> <li>・アンケートから、授業内容の共有や授業公開を希望する声があがっている</li> <li>・コミュニケーションの場としても親子で理解を深めることが大事だから</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1学期の父母会にて説明会実施</li> <li>・水泳授業の公開(特に水辺のリスクマネジメントの授業の時)</li> <li>・夏休み 親子で参加する海洋実習授業の実施</li> </ul>