

「小学校の水泳指導における安全管理指針」

～ 水泳授業の事故防止に向けて ～

令和 7 年 4 月

高知県教育委員会

目次

はじめに.....	1
-----------	---

安全な水泳授業の進め方～計画から水泳授業実施までのフロー図～.....	2
-------------------------------------	---

1 事前の留意事項（年度当初から水泳授業が始まる前まで）

○水泳授業の体制づくりについて.....	3
○チェックリストの作成について.....	3
○緊急時の対応に備えて.....	3
○校内研修の実施及び安全指針等の確認について.....	4
○一次救命処置の手順（フロー図等）.....	5
○プールの排水口の点検について.....	7

2 水泳授業直前の留意事項

○児童の健康管理.....	9
○安全上の対策.....	9
○天候の判断.....	10
○救命具.....	10
○適切な水位設定の考え方.....	10
○泳ぎが得意ではない児童への対応について.....	11
○水温と気温.....	11
○熱中症予防のための留意点.....	11

3 水泳授業中の留意事項

○授業者の役割.....	12
○監視者の役割.....	13
○監視者の位置.....	13
○人数確認.....	14
○準備運動.....	14
○入水時の注意事項.....	15
○水位の確認.....	15
○泳ぎが得意ではない児童への対応について.....	15

4 授業終了後の留意事項

○人数確認.....	18
------------	----

5 学習指導要領上の指導内容について

○小学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説 抜粋.....	19
○小学校体育（運動領域）指導の手引 抜粋.....	21

6 通常の学習場所以外のプールを使用する場合について..... 27

7 参考資料

（参考）健康カードの様式.....	28
（参考）水泳授業における記録シート.....	29
（参考）水泳授業におけるチェックリスト.....	30
（参考）事故発生時の対応チェックリスト.....	32
（参考）緊急時の対応マニュアル（フロー図等）.....	33
（参考）溺水に至るプロセスと溺者の特徴.....	34
引用・参考文献等一覧.....	35

はじめに

本安全管理指針は、令和6年7月、県内小学校の水泳授業中に発生した4年生男子児童死亡事故の重大性を踏まえ、今後、同じ事故を二度と発生させないために、水泳授業における更なる安全管理を徹底することを目的として策定したものである。

策定にあたっては、文部科学省が示す「学校体育実技指導資料第4集 水泳指導の手引（三訂版）」を基本的な考え方としている。

本安全管理指針では、より安全安心な水泳授業の実施に向け、県内小学校における水泳授業の実施状況調査結果や各都道府県の実施状況及び高知市事故検証委員会の報告書の内容等を踏まえ、具体的な取組を示すこととした。

特に「適切な水位の考え方」、「泳ぎが得意ではない児童への対応」「授業者及び監視者の役割」、「人数確認とバディシステム活用の徹底」、「通常の学習場所以外のプールを使用する場合」などについて詳しく示したほか、文部科学省が示す手引「第4章 水泳指導と安全」を時系列に再構成している。

各学校においては、水泳授業を実施する前には、水泳授業に関係する全教職員並びにご協力いただく学校関係者が、「学校体育実技指導資料第4集 水泳指導の手引（三訂版）」及び本安全管理指針の内容を十分に理解したうえで水泳授業を開始するなど、これまで以上に、安全安心な水泳授業の実施に向けて、計画的・組織的に取り組んでいただくことを強く願います。

本安全管理指針の策定にあたっては、日本赤十字社高知県支部、鳴門教育大学 大学院学校教育研究科 松井 敦典 教授など関係者のご協力をいただいた。今後、この指針をもととした安全管理講習会等を定期的に開催する予定である。

なお、この指針については、国の方針や学校の状況により、必要に応じて改訂することとする。

令和7年4月 高知県教育委員会

安全な水泳授業の進め方～計画から水泳授業実施までのフロー図～

水泳授業の体制づくり p. 3

職員会・学年会等を活用して、指導計画や指導上の課題などを共有し合い、組織的に連携・協力して取り組む。



水泳授業の安全管理の徹底 p. 3～12、p. 27～30、p. 32～33

【緊急時の対応マニュアルの作成及び確認】 p. 3～6、p. 30、p. 32～33

事故発生時における傷病者の発見から搬送・救急救命・119番通報・AED使用等の手順、校内連携・運搬方法、他児童への対応 など

【校内研修の実施】 p. 4

各学校にて、毎年、水泳授業が開始するまでに水泳指導の安全管理等に関する研修を実施する。

※当面は県教育委員会が開催する研修内容を各学校の体育主任等が受講し、受講した内容を校内研修にて周知徹底を図る。

【実施場所の安全確認】 p. 7～8、p. 10～12、p. 27

プールの排水口、水位の設定、水温・気温、プールサイド など

※通常の学習場所以外のプールを使用する場合における留意点

【児童の健康管理】 p. 9、p. 28～29

児童が水泳に適した健康状態であるかどうかを事前に確認



水泳指導計画の作成 p. 19～26

【水泳指導の目標・年間指導計画の作成】

「学習指導要領 解説 体育編」及び「小学校体育（運動領域）指導の手引き～楽しく身に付く体育の授業～」を参照



安全な水泳授業の実施 p. 12～18、p. 29～31

授業前・中・後のチェックリストの活用、監視者の監視位置、人数確認（バディシステム含む）、水位の確認、入水時の注意事項、泳ぎが得意ではない児童への対応、水泳授業における記録シート など

1 事前の留意事項（年度当初から水泳授業が始まる前まで）

○水泳授業の体制づくりについて

安全安心な水泳授業を実施するために、各学校においては水泳授業が始まる前までに、職員会や学年会等を活用して、水泳授業の指導計画や指導上の課題などを共有し合い、組織的に連携・協力して取り組む^{*}必要があります。

また、学校によっては、「水泳授業安全委員会（仮称）」を設け、安全安心な水泳授業の実施に向けた指導計画等を立案し、組織的に取り組むことも考えられます。

なお、いずれの場合においても、文部科学省が示す「学校体育実技指導資料第4集 水泳指導の手引（三訂版）」のほか、本安全管理指針等の活用が求められます。

【※組織的に連携・協力して取り組む具体的内容】

- ・緊急時の対応マニュアルの作成及び確認
- ・校内研修の実施について
- ・授業実施場所の安全確認について

例) 水位（満水時・構造上の水深）、AED、プールの排水口、避難場所、救命具、水温及び水質、プールサイド など

- ・指導の際の共通事項の確認について

例) 授業者と監視者の必要人数、配置、役割分担、児童の健康状態及び泳力の把握、人数確認の方法、チェックリスト、ホイッスル、拡声器 など

- ・指導計画の作成及び共有

（注）上記内容はあくまで例として示したもの。

詳細については、「学校体育実技指導資料第4集 水泳指導の手引（三訂版）」及び本安全管理指針等を参照し、各学校の実態に応じて対応すること。

○チェックリストの作成

安全安心な水泳授業を実施するための各学校の実態に応じたチェックリストを必ず作成し、活用してください（本安全管理指針 p. 30～31 を参照）。

○緊急時の対応に備えて（国の手引（三訂版）p. 127）

各学校においては、万が一の事故発生時に、円滑・迅速に児童の救助・救命を行える体制を整えておくことが必要です。また、緊急時の対応マニュアルを作成し、対応手順を共通で理解することや、簡潔なフローチャート図などを、職員室、保健室及びプール等の日頃から見やすい場所に掲示しておくことが大切です。また、各学校の実情に応じてマニュアル等を定期的に見直し、再確認することが重要です。

【備考】各項目に記載しているページ番号「国の手引（三訂版）p. ○」とは、文部科学省が示す「学校体育実技指導資料第4集 水泳指導の手引（三訂版）」の「第4章 水泳指導と安全」のページ番号を表しています。

【留意点】

（水泳授業実施前）

- ・各学校が定める危機管理マニュアル等を参考に、緊急時の連絡手順を決めておくこと。併せて、危機管理マニュアルの内容についても適宜見直すこと。
- ・全教職員が、心肺蘇生法を実施できるようにしておくこと。
- ・AEDの設置場所の確認や操作方法について理解しておくこと。
- ・救急車及びストレッチャーの搬入搬出ルートを確認しておくこと。
- ・事故者以外の児童を安全な場所に誘導し、適切な指示が行えるようにしておくこと。
- ・事故をした児童の保護者への連絡や、その他の保護者への連絡等について、どのように行うか予め決めておくこと。
- ・救命具の設置状況について把握し、必要な道具を設置すること。
- ・「緊急時の対応マニュアル（フロー図等）」を作成しておくこと。併せて、緊急時に適切な行動がとれるように「事故発生時の対応チェックリスト」も作成しておくこと。
(※本安全管理指針 p. 32～33 参照)

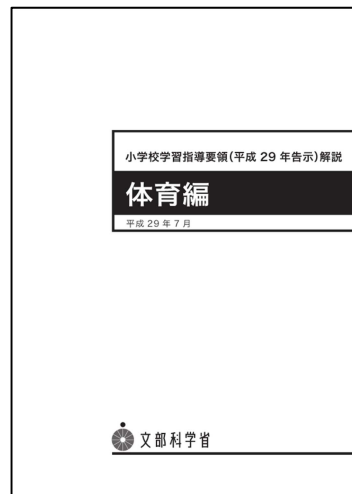
（水泳授業実施中）

- ・緊急時に、速やかに119番通報ができるよう、携帯電話等をプールへ持参すること。
- ・授業中は、プールサイド等に必要な救命具を設置すること。
- ・速やかにAEDが使用できるよう、水泳授業中はAEDの設置場所を工夫すること。

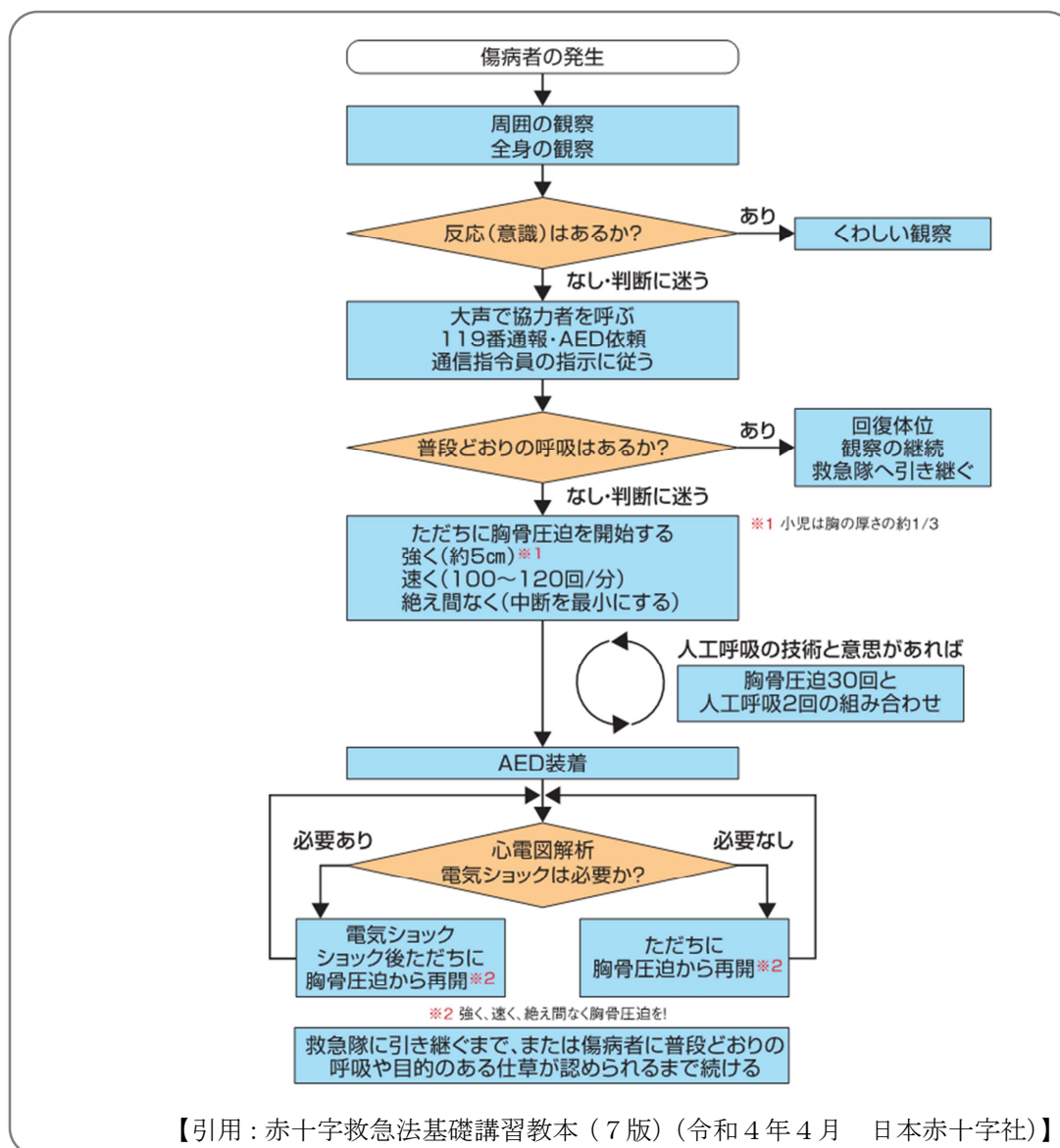
○校内研修の実施及び安全指針等の確認について

各学校においては、水泳授業が始まる前までに水泳指導の安全管理等に関する校内研修を実施してください。その際、文部科学省が示す「学校体育実技指導資料第4集 水泳指導の手引（三訂版）」及び本安全管理指針、県教育委員会が公開する動画等を活用し、水泳指導の安全管理について徹底をお願いします。

なお、水泳授業を実施する際は、水泳授業に関係する全教職員並びにご協力いただく学校関係者が水泳指導の安全管理等を十分に理解したうえで実施するようにしてください。

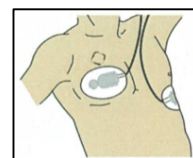
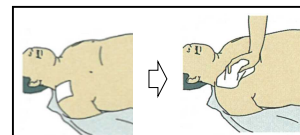


○一次救命処置の手順（フロー図等）



【傷病者にAEDの電極パッドを貼り付ける際の留意点】

- ・傷病者の胸が濡れている場合は、乾いたタオルで胸を拭いてから電極パッドを貼り付けること。（※床が濡れていても、電極パッドが濡れた床に接していなければ、電気ショックの効果に影響はない。）
- ・電極パッドを貼り付ける位置に貼り薬がある場合は、まずはこれを剥がし、残っている薬剤を拭き取ってから、電極パッドを貼り付けること。
- ・皮膚の下に心臓ペースメーカーや除細動器が埋め込まれている場合（※胸に硬いこぶのような膨らみが見える場合も有る）は、その膨らみ部分を避けて電極パッドを貼り付けること。



【引用（イラスト）：赤十字救急法基礎講習教本（7版）（令和4年4月 日本赤十字社）】

いちじきゅうめいしち 一次救命処置 (BLS)

JRC蘇生ガイドライン2020対応

— 心肺蘇生(CPR)とAED —

「人が倒れている」 近づくその前に

- 周囲の安全を確認する(二次事故防止)
- 傷病者の状態を確認する(大出血の有無など)

1 反応(意識)を確認する

- 肩を叩いて、声をかける



2 協力者を求める

- 119番通報とAEDの手配をお願いする

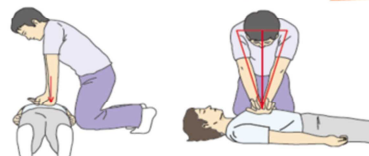
3 呼吸を確認する

- 10秒以上かけないで、胸とお腹をみて、普段どおりの呼吸があるかを確認する
- ※死戦期呼吸を普段どおりの呼吸と間違えないようにする
- ※判断に自信が持てないときは胸骨圧迫を開始する



4 胸骨圧迫を30回

- 「胸骨の下半分※」を手掌基部で垂直に押し下げる
- ※目安は胸の真ん中
- 圧迫の深さは「約5cm」
- 圧迫の速さは「1分間あたり100～120回」
- 圧迫は「強く・速く・絶え間なく」を意識する

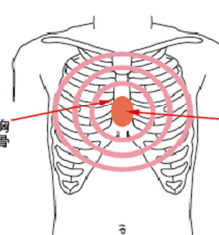


日本赤十字社では、一次救命処置の動画をホームページで公開しています。

- ホームページ
<http://www.jrc.or.jp/study/>
- 右のQRコードから携帯電話でもご覧になります。



あっぱくぐい
圧迫部位



しゅしょうきぶ
手掌基部



5 できれば、人工呼吸を2回

- 気道を確認する(頭部を後ろに下げて、あご先を上げる)
- 鼻をつまんで口をおおい、胸が上がるのがわかるまで吹き込む
- 1回の吹き込みに約1秒かける
- 吹き込んだら、つまんだ手と口を離す



6 メッセージに従ってAEDを使う

- ※AEDのメッセージは、タイプにより少し違う場合がある

※ 胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返す

※ 人工呼吸ができない場合は、胸骨圧迫のみを継続する

STEP 1

電源を入れる



STEP 2

「電極パッドを装着してください」



- イラストのとおり貼る
- 電極パッドは、密着させる
- 水ぬれや、はり・めり薬などは取り除く
- コネクターがあるものは差し込む



STEP 5

胸骨圧迫と人工呼吸のくり返し



- 直ちに
- 4 胸骨圧迫
- 5 人工呼吸

STEP 4

「電気ショックが必要です」



- 傷病者から離れる
- ショックボタンを押す

「電気ショックは不要です」

STEP 3

「心電図を解析中です」



- 傷病者から離れる

STEP 6

以降もAEDのメッセージに従う

STEP 7

医師または、救急隊に引き継ぐ

- AEDの電源は切らず、電極パッドは着けたままにする



日本赤十字社 高知県支部
Japanese Red Cross Society

【引用：日本赤十字社高知県支部】

○プールの排水口の点検について

これまでに、プールの排（環）水口等に児童が吸い込まれて死亡する事故も生じているため、「プールの安全標準指針」（平成 19 年 3 月 文部科学省・国土交通省）に基づき、排（環）水口等の蓋の固定や吸い込み防止金具の設置について異常が無いかなど、点検を必ず行うことが大切です。

点検の結果、異常が発見された場合は、ただちにプールの使用を中止するとともに、修理・交換を行い、安全な状態に整備する必要があります。

また、授業者は、排（環）水口周辺は重大事故につながる恐れのある危険箇所であることを十分に認識しておく必要があります。

【留意点】

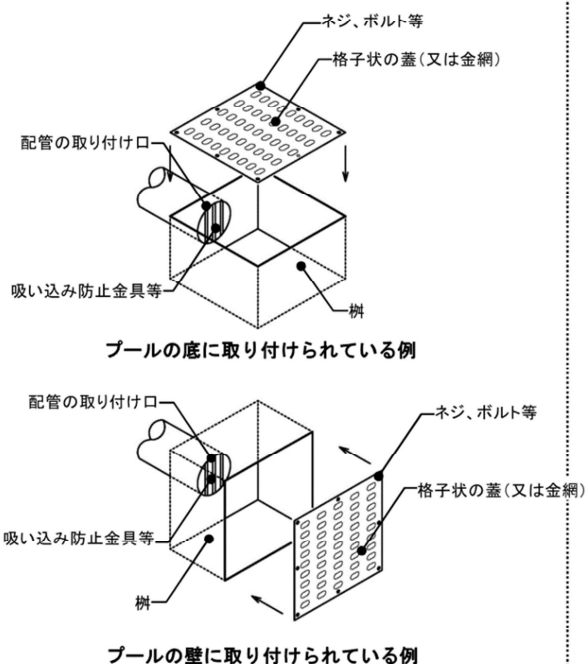
- ・プール掃除の際、特に排（環）水口については、水を抜いた状態で、蓋等が正常な位置に堅固に固定されていること、それらを固定しているネジ、ボルト等に腐食、変形、欠落、ゆるみ等がないこと、配管の取り付け口に吸い込み防止金具等が取り付けられていること等を確認すること。その際、目視だけでなく、触診・打診によって確実に点検を行うこと。
- ・なお、水泳授業実施期間中においても、目視、触診・打診による点検を必ず行うこと。
- ・必要に応じて専門業者による点検・確認等を依頼すること。
- ・授業者は、排（環）水口周辺は重大事故につながる恐れのある危険箇所であることを十分に認識しておくこと。

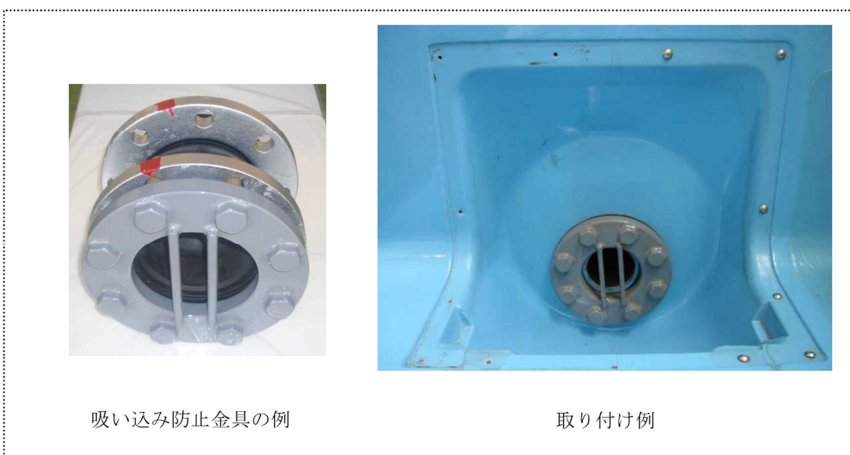
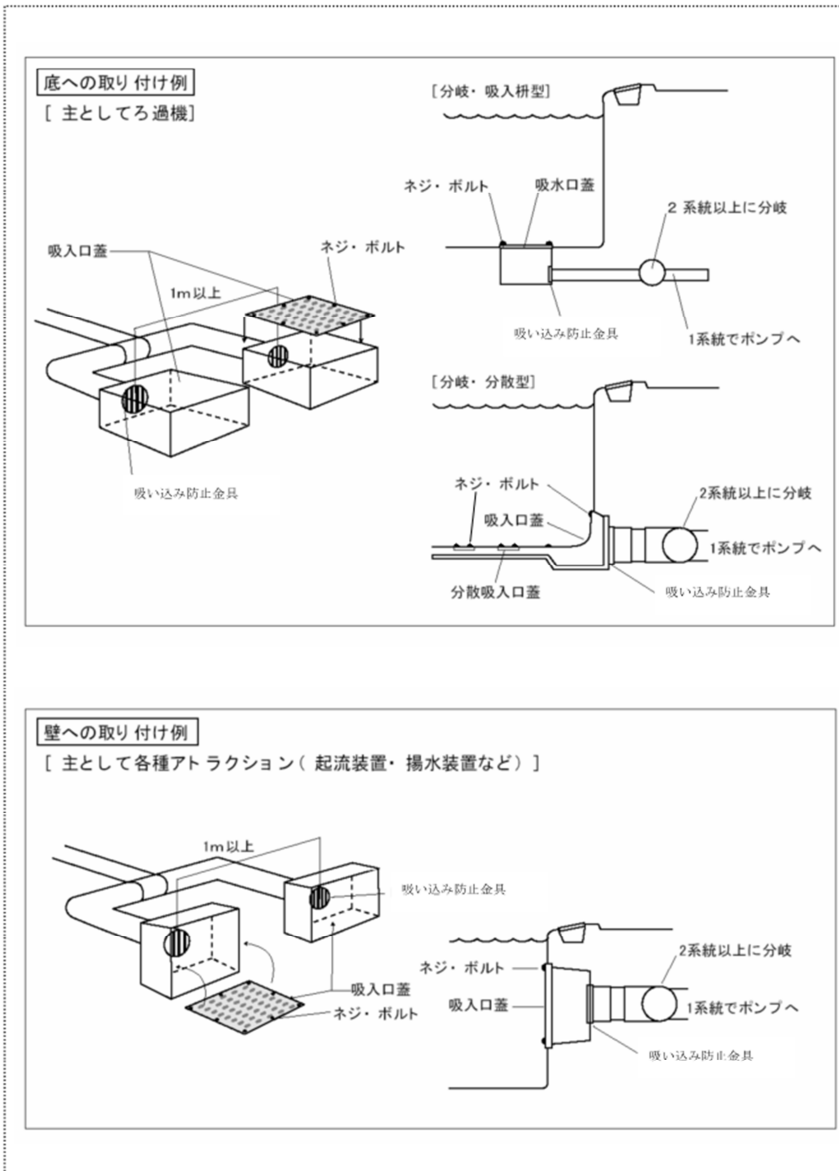
※「排（環）水口」とは ----- 「プール水を排水・循環ろ過するための吸い込み口」

プール水の排水口及び循環ろ過のための取水口（吸水口）をいう。また、起流、造波、ウォーターライダーまたは他のプールへ循環供給するためのプール水の取水口も含む。

循環ろ過方式の排（環）水口は排水と取水（吸水）を兼用する場合が多く、通常、ポンプで水を取り込む取水口（吸水口）は箱形の柵がプールの床や壁に取り付けられ、格子状の蓋（又は金網）（以下、「排（環）水口の蓋等」又は「蓋等」という。）がネジ、ボルト等によって固定されており、柵の中にポンプへの配管がある。この他に循環ろ過方式では、ろ過したプール水を戻す過吐出口等がある。

本指針で用いる「排（環）水口」はこれまで使用されている排水口、返還水口、循環排水口、吸込み口、吸水口、取水口等を同義語として扱い、これらの管の取り付け口と箱形の柵を一体として定義している。





2 水泳授業直前の留意事項

○児童の健康管理（国の手引（三訂版）p. 125）

授業実施前には、児童が水泳に適する健康状態であるかどうかを事前に確認しておくことが重要です。

【健康管理方法及び留意点】

・ 定期健康診断の結果の活用

・ 健康情報の活用

①保護者による健康情報の活用

②学級担任や教科担任による健康情報の活用

＊ 健康カードを活用した方法については、本安全管理指針 p. 28 参照。

＊ 学級担任による日常の健康観察のポイント

健康観察のポイント

顔：顔色、表情

鼻：鼻水

喉：痛み

爪：のびていないか

体調：発熱、下痢、気分が悪い、痛みがある

眼：充血、眼やに、瞼の腫れ

唇：色

髪：とかしているか、フケ、シラミなどの状況

皮膚：発疹、かゆみ

生活状態：睡眠、食事、排便

【引用：「学校における水泳プールの保健衛生管理 平成 28 年度改訂」
公益財団法人 日本学校保健会】

③養護教諭等による保健情報の活用

④児童相互による健康観察

○安全上の対策（国の手引（三訂版）p. 129）

プール入水前に事故防止の観点から、以下の点について児童に理解させるとともに、指導しておきます。

【入水前の指導事項】

・ 食 事 時 間 … 食事の直前直後は避けること。

・ ボディチェック … 耳垢をとり、爪を切り、用便をすませること。

髪の高い児童は、ゴムでまとめさせること。

・ 水 着 … 水中での動作が行いやすいものを使用させること。

・ プールサイド … プールサイドを走ったり、ふざけあうと転んで頭を打つなどの危険性があることを、児童に理解させること。

・ 紫外線対策 … 日焼けしやすい児童や光線過敏のある児童の紫外線対策については、「学校における水泳プールの保健衛生管理（p. 31）」（平成 28 年度改訂 公益財団法人日本学校保健会）を参考に、日焼け止めクリームやラッシュガード等により、対策を講じることも必要。なお、大勢が日焼け止めクリームを塗ってプールに入水すると、水質の悪化を招くので、通常の紫外線対策はラッシュガードの着用を推奨する。

○天候の判断（国の手引（三訂版）p. 129）

落雷や竜巻等突風、急な大雨の危険性を認識し、事前に天気予報を確認するとともに、天気の急変などの場合には躊躇することなく計画の変更・中断・中止等の適切な措置を講ずることによって、児童等の安全を確保することが重要です。

天候を判断する際には、気象庁の雨雲の動き・雷活動度・竜巻発生確度（ナウキャスト）等を活用することが考えられます。（※右二次元コード参照）



○救命具（国の手引（三訂版）p. 137）

プールサイド等に担架等の救命具を備え、必要な場合に直ちに使用できるようにしておくことが必要です。AED（自動体外式除細動器）についても、救護室、医療室等適当な場所に配備し、指導者等が児童の状況に応じて適時に使えるようにしておくことが必要です。

【参考】

- ・救命具として、担架やAEDの他に、タオルや毛布、救助用のリングブイ、呼気吹き込み用具等も考えられる。

○適切な水位設定の考え方（国の手引（三訂版）p. 138）

各学校で学習効果が上がり、事故回避につながるよう、対象学年・体格・泳力・学習内容などに応じた無理のない水位を設定する必要があります。

本安全管理指針では、適切な水位は、児童のへそから胸辺りを基本とし、すべての児童の両肩が水面から出るラインを目安とすることとします。児童の安全を確保するうえで、必ず入水時に確認するようにしてください。

また、以下の点について、十分に確認するとともに、適切な水位設定と安全な環境を整えたうえで、授業を実施するようにしてください。

【確認事項】

- ・プールは原則、満水で行うこと。また、プール内の最浅部、最深部および水深の分布について予め把握しておくこと。
- ・プール側面に水位表示の見やすい目盛を設けたり、水位を測定する器具を配置するなどにより、水位の測定記録をプール日誌に記録しておくこと。

【留意点】

- ・個々の体格に合わせて安全に活動できる場所の範囲を児童に理解させること。また、浅い水深を要する場合は、低学年用小プールがあればそれを活用し、本プールにおいてはプールフロアを設置して水深の浅い場所を確保すること。
- ・プールフロアを使用している場合、プールをコースロープ等によって区域割りし、身長の高い児童が水深の深い場所へ行かないようにすることも有効と考えられる。
- ・水を抜くなどの方法で水位を調整する場合は、授業の前後で担当教職員と引き継ぎをして水位を確認すること。また、水位の調整に時間を要することから、時間割変更により曜日等でプールを使用する学年を分けることも有効と考えられる。なお、満水に

達していないことにより、オーバーフローによる浮遊物排出機能および新規補給水による汚れの希釈機能が失われ、水質の悪化が予見されるので、水質の衛生管理には一層の配慮をすること。

- ・適切な水位設定を行っていたとしても、常に児童の発言に耳を傾け、水位に対する不安の声がある場合は、児童の実態に応じた水位設定を行うこと。なお、児童の発言内容については、授業関係者はもとより、管理職等と情報共有し、必要に応じて、児童の実態に応じた安全対策を徹底すること。

○泳ぎが得意ではない児童への対応について

予め児童の泳力について把握しておき、泳ぎが得意ではない児童については、授業者及び監視者の間で情報共有をしておくことが重要です。

【留意点】

- ・前年度の授業担当者が児童の泳力（もぐること、浮くこと、息継ぎ等）について申し送りをする。
- ・水泳授業が始まる前までに、児童やその保護者にアンケート等を行い、児童の泳力や留意事項等について回答させることも有効と考えられる。
- ・水泳キャップの色を泳力に応じて分けることも、安全上、有効な対応と考えられる。

○水温と気温（国の手引（三訂版）p. 138）

水泳指導に当たっては、プールの水温を計測し、日誌やミーティングなどで情報を共有し、水泳指導の実施の可否を判断するための重要な指標として、組織的に管理することが必要です。また、プールに温度計を備えて、いつでも水温を計測できるようにしておくことも必要です。

〈水温管理の目安〉

- ・低学年や初心者ほど水温に敏感で、一般的に 22℃未満ではあまり学習効果は期待できません。そのため、水温は 23℃以上であることが望ましく、上級者や高学年であっても 22℃以上の水温が適当といえます。
- ・水温と気温の差は、水温が若干低くても気温が高ければ不快感は少ないし、反対に水温が高くても気温が低ければ快適ではありません。
- ・以上のことから、ここに示した水温はあくまで目安であり、プールを使用するかどうかについては、対象者の学年、能力、水温、気温、学習内容などを考慮して判断することが大切です。

○熱中症予防のための留意点

学校屋外プールにおける熱中症予防対策の検討には、環境要因、運動要因、主体（人体）要因への対策が必要になります。また、プールでの活動は水中での活動とプールサイドでの活動に大別されるため、それぞれの活動への対策が必要になります。

【留意点】（水中での活動）

- ・ 水温が中性水温※（33℃～34℃）より高い場合は、水中でじっとしていても体温が上がるため、体温を下げる工夫をする。体温を下げるには、プール外の風通しのよい日陰で休憩する、シャワーを浴びる、風に当たる等が有効。中性水温以下であれば、水が体を冷却するので、水中運動は陸上運動より体温は上がりにくい。

（※中性水温：水中で安静状態のヒトの体温が上がりも下がりもしない水温）

- ・ 水着での活動であり、また、運動強度が高いという水泳の特性等を考慮する。
- ・ 口腔内が水で濡れるため、のどの渴きを感じにくくなるが、適切な水分補給を行う。

【留意点】（プールサイドでの活動（見学・監視を含む））

- ・ プールサイドで活動する場合は、気温やWBGT値（暑さ指数）を考慮し、こまめに日陰で休憩する、活動時間を短くするなど、活動内容を工夫する。
- ・ 冷たいタオルや団扇の用意、衣服（短パン・Tシャツ）の工夫により身体を冷やす。
また、施設床面が高温になるので、サンダルを履く。
- ・ プールサイドで見学する場合は、帽子や日傘の使用や、見学場所の工夫により直射日光に当たらないようにする。

3 水泳授業中の留意事項

水泳授業を行う際には、授業者とは別に、プールサイドからプール全体を監視する監視者を1名以上必ず配置することとし、配置できない場合はプールでの授業を実施しないでください。

ただし、授業者がすべての児童の安全管理を常に行える場合（マンツーマンもしくはそれに近い形での授業形態の場合等）は、授業者が監視者の役割を兼ねることもありますが、その場合であっても可能な限り監視者を配置することが望ましいと考えられます。

なお、授業者と監視者は、それぞれの役割を明確にしてから水泳授業を実施する必要があります。また、注意喚起を行うためにホイッスル等を持参することが重要です。

○授業者の役割

授業者は、監視者と協力して安全安心な水泳授業を実施しなければなりません。

授業の実施にあたっては、監視者とともにチェックリストを必ず確認をしてください。

より安全な水泳授業を実施するためには、授業者を複数名配置し、一人の授業者が担当する児童数を少なくすることや、監視者等と協力して、「水泳授業における記録シート（本安全管理指針 p. 29 参照）」を活用することも有効と考えられます。

【留意点】

- ・ チェックリストをラミネート等した状態で、プールサイドへ持参または掲示すること。
- ・ 必要に応じて、ゴーグルと水泳キャップを着用し、水中の状況を確認すること。

○監視者の役割

水泳は、緊急度が高くなる事故が発生しやすく、しかも、救助には二次災害の危険性を伴う場合が多いことから、常に事故防止、早期発見、安全救助が求められます。そのためには、監視者は自己の役割について十分に理解をしておくことが大切です。

【確認事項】

- ・ プールの状況（水位、救命具、水温及び気温、プール内の危険物の有無等）を事前によく調べ、把握しておくこと。
- ・ 事故防止を第一の任務とし、いつでも救助行動が取れるよう体制を整えておくこと。
- ・ 監視区域をはっきり定め、目の届かない区域をつくらないようにすること。
- ・ 救助用具等は、常置場所を定め、点検して常時使用できるようにしておくこと。
- ・ 事故発生に備え、救助方法、連絡方法を明らかにしておくこと。
- ・ 偏光サングラスを着用することは、光の反射対策として有効と考えられる。

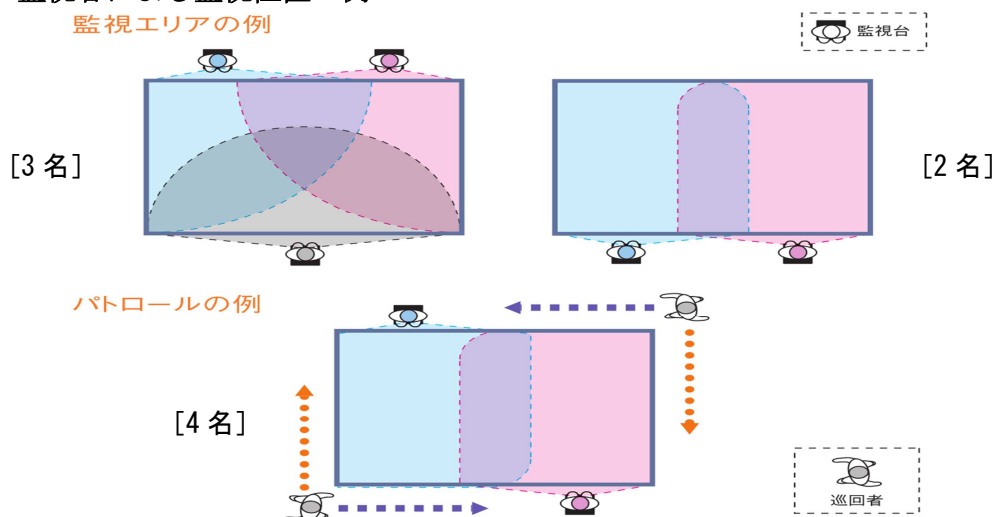
○監視者の位置（国の手引(三訂版)p. 126)

監視者の位置は、プール全体を見渡すことができ、プールの角部分などが死角にならないようなところとします。より安全な水泳授業を実施するためには、監視者を複数名配置するとともに、監視台などを活用して、高い位置から水底を見渡すことができるようにすることも有効と考えられます。

【監視者配置の考え方】

- ・ 監視者を配置する工夫として、水泳授業を複数クラスで実施することも考えられる。
 - ・ 監視者の複数配置には、教員の他に、教員業務支援員をあてることもできる。ただし、教員業務支援員が監視者となる場合は、教員と一緒に監視を行うこと。
- また、保護者や地域学校協働本部の方々に協力を依頼することも考えられる。
- ・ 監視者が1名の場合には、監視者が確実に監視できる範囲に限られることから、児童がプール内で活動する範囲の制限やバディシステムの活用などの工夫をすることで、より安全に活動できるよう留意すること。ただし、この場合においては、授業者が水中には入らずにプールサイドから監視者の役割も兼ねることで、児童がプール内で活動する範囲を広げる対応も考えられる。

<複数の監視者による監視位置の例>



○人数確認（国の手引（三訂版）p. 129）

入水前、指導の展開の途中、退水後のそれぞれにおいて敏速かつ正確な人数確認を実施する必要があります。授業者は、授業前、授業中、授業後に児童の人数確認と健康観察を必ず実施してください。監視者は、児童入水中は一人一人の様子に特に注意を払い、児童の安全を確認してください。

人数確認をする際には、バディシステムを活用し、児童同士で互いの安全を確かめさせることが重要です。バディシステムを徹底することにより、指導前後だけでなく指導中も含め児童の安全を確認することができます。

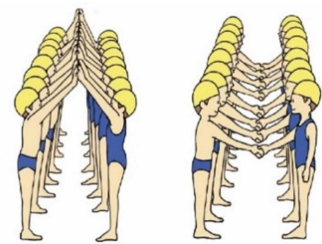
【バディシステム】

児童が二人一組をつくり、互いに相手の安全を確かめさせるバディシステムは、事故防止のみならず、学習効果を高めるための手段としても効果的である。

例えば、教師の笛の合図と「バディ」という号令があったとき、互いに片手をつなぎ合わせて挙げさせ点呼をとる方法がある。バディシステムによる場合、単に手を組ませることにねらいがあるのではなく、組数を数えること、その数を記憶するか記録しておくこと、表情や動作を観察することなどが必要である。

また、児童相互に相手の表情、動作について観察し異常があったら直ちに指導者に連絡するように指導する。

バディシステムは、すべての児童が入水中またはプールサイドにいる際に活用するだけでなく、一名が泳いでいる際にもう一名がプールサイドから相手の安全を確認するなどの方法も考えられる。



○準備運動（国の手引（三訂版）p. 130）

準備運動は、事故を防止するうえで不可欠のものです。準備運動の必要性、重要性を児童に理解させ、自主的・主体的に実施できるように指導する必要があります。

【確認事項】

- ・準備運動の量は、児童の身体の状態をよく観察し、気象条件を考慮しながら適宜運動量を変えるべきであり、長時間、激しい運動をさせることは好ましいことではない。盛夏の暑い中で発汗の著しいときには運動量を少なくしたり、また、気温の低い場合には、身体が十分暖まる運動量にするなどの配慮をすること。
- ・身体すべての部分の屈伸、回旋、ねん転などを取り入れた運動を行うこと。
- ・各関節の可動性を増すような運動、筋肉を十分伸ばすような運動、筋肉をリラックスさせるような運動などに加え、主運動との関連を考慮すること。
- ・準備運動は、心臓に遠い部分の運動から始めたり、簡単なものから複雑なものへ、最後は心肺に刺激を与える運動で終えたりという手順が一般的である。また、動作がリズムカルになるように、動きに緊張、弛緩、速さなどの変化をつけたり、笛や号令にも強弱をつけて行うようにすること。

○入水時の注意事項（国の手引（三訂版）p. 131）

小学校の低学年や初心者を対象とするときには、1 回の入水時間について、十分配慮する必要があります。その際にも、体力や泳力の低い者を中心にして、絶えず顔色、動作についての観察を行うことが必要です。

【入水時の指導事項】

- ・準備体操後、シャワーを浴びて、プールサイドから入水すること。
- ・最初の入水の際には、体の末端から徐々に中心部へ向かって水をかけ、濡らしていくこと。
- ・全身が水に濡れたところで、足先からゆっくりプールへ入水すること。

【入水後の指導事項及び確認事項】

- ・入水後は、身体を水に慣らすための時間（水慣れ）を確保すること。
- ・児童の実態に応じて、入水後に顔を含めて全身を水の中へ沈めたり、徐々に心肺機能を高める緩やかな運動を行うこと。
- ・気温や天候、児童の健康状態や泳力などに応じて、無理のない練習時間と休憩の組み合わせが求められる。

○水位の確認

本安全管理指針 p. 10～11 にも記載しているように、入水時、水位は児童のへそから胸辺りを基本とし、すべての児童の両肩が水面から出ていることを必ず確認することが求められます。また、適切な水位設定を行っていたとしても、常に児童の発言に耳を傾け、水位に対する不安の声がある場合は、児童の実態に応じた水位設定を行う必要があります。

なお、児童の実態に応じた安全対策を徹底するために、普段から児童の発言内容については、授業関係者はもとより管理職等とも情報共有しておくことが求められます。

○泳ぎが得意ではない児童への対応について

本安全管理指針 p. 11 にも記載しているように、予め児童の泳力について把握しておくことが大切です。また、泳力を把握していたとしても、授業を行う際は学習内容を段階的に行うなどの配慮が必要です。

特に、泳ぎが得意ではない児童に対しては、授業者や監視者が常に気を配り、少しの異変も見落とさない対応が求められます。

【留意点】

- ・泳ぎが得意ではない児童がいる場合、当該児童を担当する教職員を決めて、水泳授業を行うなどの工夫をすること。また、当該児童が泳ぐ範囲（水深の浅い場所やプールフロアの上、プールサイド側のコースなど）を指定すること。
- なお、水位については、児童のへそから胸辺りを基本とし、すべての児童の両肩が水面から出るラインを目安とするが、児童が不安を覚えないように配慮すること。

- ・児童の泳力によっては、浮き具（ビート板やヘルパー等）を活用すること。また、場合によっては、保護者に協力を求め個別の浮き具（浮き輪、ライフジャケットなど）を用意いただくなどの対応も考えられる。

なお、水泳キャップの色を泳力に応じて分けることも、安全上、有効な対応と考えられる。

また、以下に記載している小学校学習指導要領解説体育編に示された「**苦手な児童への配慮の例**」を参考にして、児童の安全を確保しながら指導することが必要です。

【第1学年及び第2学年】

【小学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説 体育編 p.54～56 より抜粋】

- ・水かけっこで、顔に水がかかることが苦手な児童には、背中合わせになったり、友達との距離を広げたりするなど、遊び方を工夫するなどの配慮をする。
- ・まねっこ遊び（ワニ）で、水面に対して体を水平にした姿勢になり手だけで歩くことが苦手な児童には、より浅い場所で歩いたり、しゃがんだ姿勢でゆっくりと移動したりするなど、段階的な遊び方を工夫するなどの配慮をする。
- ・電車ごっこ、リレー遊び、鬼遊びで、水の抵抗や浮力の影響で歩いたり走ったりすることが苦手な児童には、友達の後ろに続いて移動したり、手で水を力強くかいたりすることを助言するなどの配慮をする。
- ・もぐる遊びで、水に顔をつけることが苦手な児童には、少しずつ顔に水がかかるようにシャワーを浴びたり、顎→口→鼻→目へと徐々に水につける部分を増やしたりするなどの配慮をする。
- ・もぐる遊びで、水の浮力を受け、輪をくぐることに苦手な児童には、輪の深さや数を変えたり、二人組でつくった手のトンネルをくぐったりするなどの配慮をする。
- ・浮く遊びで、足が沈み、伏し浮きをすることが苦手な児童には、息を大きく吸って止めたり、顎を引いて頭を水の中につけたり、無駄な力を抜いて体を真っ直ぐにしたりすることを助言するなどの配慮をする。
- ・バブリングで、水中で息を吐くことが苦手な児童には、手の平にすくった水を吹き飛ばしたり、水面に浮いたものを吐いた息で移動させたりするなど、顔をつけずに息をまとめて強く吐くことのできる遊びをするなどの配慮をする。
- ・ボビングで、動きと呼吸のリズムを合わすことが苦手な児童には、友達と手をつないで一緒にボビングをするなどの場を設定したり、「プクプクプク（弱く吐く）、ブハ！（水面を出たら大きく強くまとめて吐く）、スー（すぐに吸う）」などの呼吸のリズムのイメージができる言葉を助言したりするなどの配慮をする。

【第3学年及び第4学年】

【小学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説 体育編 p.92～94 より抜粋】

- ・け伸びで、体を一直線に伸ばすことが苦手な児童には、補助具や友達の手につかまり、大きく息を吸って伏し浮きの姿勢になるまで待つように助言したり、体を伸ばした状態になったところを友達に引っ張ってもらったりするなどの配慮をする。

- ・け伸びで、プールの底や壁を力強く蹴ることが苦手な児童には、水の中に体を十分に沈め、膝を曲げて体を小さく縮めてから底や壁を蹴るように助言したり、け伸びで進む距離を友達と競争したり自己の記録を伸ばしたりする場を設定したりするなどの配慮をする。
- ・初歩的な泳ぎで、手や足の動きと呼吸のタイミングを合わせることが苦手な児童には、陸上で動きのイメージができる言葉「伸びて、イーチ・ニイー・サーン（手で水をかいたり、足を動かしたりして）、ブハ！（息をまとめて吐く）、伸びて」とともにタイミングを確認する場を設定したり、友達にゆっくりと引っ張ってもらいながら息継ぎのタイミングを声かけしてもらったりするなどの配慮をする。
- ・プールの底にタッチをする際、浮力の影響でもぐることが苦手な児童には、息を吐きながらもぐることや手や足を大きく使うことを助言したり、水深が浅い場を設定したりするなどの配慮をする。
- ・いろいろなもぐり方をする際、もぐり方を変えることが苦手な児童には、友達ともぐり方の真似をし合う場を設定したり、陸上でできる動きを水の中でできないかを助言したりするなどの配慮をする。
- ・だるま浮きで、体を小さく縮めることが苦手な児童には、両膝を抱え込まずに持つ程度にした簡単な方法に挑戦することや、膝を抱えると一度は沈むがゆっくりと浮いてくることを助言するなどの配慮をする。
- ・背浮きで、腰が沈まないようにして浮くことが苦手な児童には、補助具が体から離れないようにしっかり抱えて浮くように助言したり、友達に背中や腰を支えてもらう場を設定したりするなどの配慮をする。
- ・変身浮きで、浮き方を変えることが苦手な児童には、一つの浮き方で浮いている時間を延ばしたり、「つぼみがだんだん開いて、またしぼんでいく」などお話づくりで変身していくイメージをもって挑戦したりする場を設定するなどの配慮をする。
- ・連続したボビングが苦手な児童には、低学年で扱った呼吸のリズムを再度確認したり、友達と手をつないでボビングをしたりする場を設定するなどの配慮をする。

【第5学年及び第6学年】

【小学校学習指導要領（平成 29 年告示）解説 体育編 p.136～138 より抜粋】

①クロール

- ・前方に伸ばした手が下がり、手のかきに呼吸を合わせることが苦手な児童には、両手を必ず前方で揃えてから片手ずつかくための練習をする場や、仲間に手を引っ張ってもらいより前方に手を伸ばす練習をする場を設定したり、補助具をおさえる手に力を入れすぎないように助言したりするなどの配慮をする。
- ・頭が前方に上がり、横向きの息継ぎが苦手な児童には、歩きながら息継ぎの練習をする場を設定したり、へそを見るようにして顎を引き、耳まで浸かって息継ぎをするように助言したりするなどの配慮をする。
- ・手や足をゆっくりと動かすことが苦手な児童には、一定の距離を少ないストローク数で泳ぐ場や、決められたストローク数で泳ぐ距離を仲間と競い合う場を設定する

などの配慮をする。

②平泳ぎ

- ・かえる足の動きが苦手な児童には、プールサイドに腰かけて足の内側で水を挟む動きだけを練習したり、壁や補助具につかまって仲間に足を支えてもらい練習したりする場を設定するなどの配慮をする。
- ・手や足の動きと呼吸のタイミングを合わせることが苦手な児童には、陸上で動きの確認をする場を設定したり、水中を歩きながら仲間が息継ぎのタイミングを助言したりするなどの配慮をする。
- ・キックの後にすぐ手をかいてしまい、伸びることが苦手な児童には、け伸びをしてから「かいて、蹴る」動きを繰り返すことを仲間と確かめ合ったり、「かいて、蹴って、伸びる」の一連の動作をしたら一度立つように助言し、少ないストローク数で泳ぐ距離を伸ばす場を設定したりするなどの配慮をする。

③安全確保につながる運動

- ・背浮きの姿勢での呼吸を続けることが苦手な児童には、浅い場所で踵を付けたまま背浮きになる姿勢の練習をしたり、補助具を胸に抱えたり、仲間に頭や腰を支えてもらったりして続けて浮く練習をしたりするなどの配慮をする。
- ・浮き沈みの動きに合わせた呼吸をすることが苦手な児童には、体が自然に浮いてくるまで待ってから息継ぎをすることや、頭を大きく上げるのではなく首をゆっくりと動かし呼吸することを助言するなどの配慮をする。

4 授業終了後の留意事項

○人数確認（国の手引（三訂版）p. 129）

退水後においても敏速かつ正確な人数確認を実施する必要があります。

【確認事項】

- ・監視者は児童退水後、プール内に残っている児童がいないかを速やかに確認すること。
 - ・人数確認を行う際は、児童の健康観察についても併せて行うこと。
 - ・児童が体調不良を訴えた場合や顔色・動作等が気になる児童が発生した場合は、教職員が保健室まで付き添い、養護教諭等へ状況を説明するとともに、管理職へ報告すること。併せて、保護者へ連絡を行い、情報共有を図ること。
- なお、児童の体調が回復しない場合は、医療機関を受診することも考えられる。
- ・本安全管理指針 p. 31 の「授業中・直後におけるチェックリスト」を参照し、安全安心な水泳授業の実施に努めること。

5 学習指導要領上の指導内容について

学習指導要領には以下のように内容が示されています。安全・安心な水泳授業を行うために、系統性を持った授業を実施することが重要です。

〔第1学年及び第2学年〕

(1) 知識及び技能

- (1) 次の運動遊びの楽しさに触れ、その行い方を知るとともに、その動きを身に付けること。
- ア 水の中を移動する運動遊びでは、水につかって歩いたり走ったりすること。
- イ もぐる・浮く運動遊びでは、息を止めたり吐いたりしながら、水にもぐったり浮いたりすること。

(2) 思考力、判断力、表現力等

- (2) 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こと。

(3) 学びに向かう力、人間性等

- (3) 運動遊びに進んで取り組み、順番やきまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、水遊びの心得を守って安全に気を付けたりすること。

〔第3学年及び第4学年〕

(1) 知識及び技能

- (1) 次の運動の楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、その動きを身に付けること。
- ア 浮いて進む運動では、け伸びや初歩的な泳ぎをすること。
- イ もぐる・浮く運動では、息を止めたり吐いたりしながら、いろいろなもぐり方や浮き方をすること。

(2) 思考力、判断力、表現力等

- (2) 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こと。

(3) 学びに向かう力、人間性等

- (3) 運動に進んで取り組み、きまりを守り誰とでも仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、水泳運動の心得を守って安全に気を付けたりすること。

〔第5学年及び第6学年〕

(1) 知識及び技能

- (1) 次の運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、その技能を身に付けること。
- ア クロールでは、手や足の動きに呼吸を合わせて続けて長く泳ぐこと。
- イ 平泳ぎでは、手や足の動きに呼吸を合わせて続けて長く泳ぐこと。
- ウ 安全確保につながる運動では、背浮きや浮き沈みをしながら続けて長く浮くこと。

(2) 思考力、判断力、表現力等

- (2) 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こと。

(3) 学びに向かう力、人間性等

- (3) 運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、仲間の考えや取組を認めたり、水泳運動の心得を守って安全に気を配ったりすること。

各学年において、【学びに向かう力、人間性等】の内容に示されている具体的な内容

〔第1学年及び第2学年〕

エ 準備運動や整理運動をしっかり行う、丁寧にシャワーを浴びる、プールサイドは走らない、プールに飛び込まない、友達とぶつからないように動くなどの水遊びの心得を守ること。また、水遊びをする前には、体（爪、耳、鼻、頭髮等）を清潔にしておくこと。

〔第3学年及び第4学年〕

オ 準備運動や整理運動を正しく行う、バディで互いを確認しながら活動する、シャワーを浴びてからゆっくりと水の中に入る、プールに飛び込まないなど、水泳運動の心得を守って安全を確かめること。

〔第5学年及び第6学年〕

オ プールの底・水面などに危険物がないかを確認したり、自己の体の調子を確認してから泳いだり、仲間の体の調子にも気を付けるなど、水泳運動の心得を守って安全に気を配ること。

D 水遊び

資料

水の中を移動する運動遊び

水につかったの水かけっこ、まねっこ遊び

●水かけっこ

○目標



○友達と



●まねっこ遊び（動物のまねをしながら移動する）

○アヒル



○カニ



○カエル



○ウニ



大きく息を吸ったり吐いたりしよう

〔第1学年及び第2学年〕

ア 水の中を移動する運動遊び

引用：「小学校体育（運動領域）指導の手引～楽しく身に付く体育の授業～」



水につかったの電車ごっこ、リレー遊び、鬼遊び

●手を左右に交互に前に出して歩く



●電車ごっこ

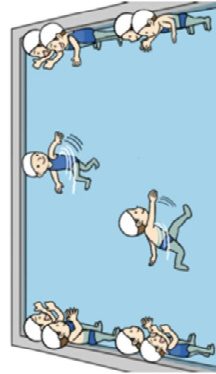


●リレー遊び

○ボール運びリレー

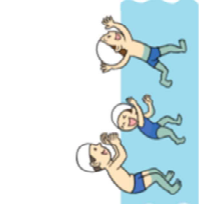


○リレー遊び（速く走る）



●鬼遊び

○先生が鬼



○ぬくことぬすみ



○手つなぎ鬼



〔第1学年及び第2学年〕

イ もぐる・浮く運動遊び

引用：「小学校体育（運動領域）指導の手引～楽しく身に付く体育の授業～」



くらげ浮き、伏し浮き、大の字浮きなど浮く遊び

●壁につかまってる伏し浮き

●補助具（ビート板）につかまってる伏し浮き

●友達につかまってる伏し浮き（友達と伏し浮き）

●くらげ浮き

●伏し浮き

●大の字浮き

●バブリングやポピング

●壁に手をついて（顔を上げてバブリング）

●鼻から

●口から

●ポピング

●友達と手をつかんでバブリング

もぐる・浮く運動遊び

水中でのじゃんけん、にらめっこ、石拾い、輪くぐりなどのもぐる遊び

●水中でのじゃんけん

●水中にらめっこ

●石拾い

●かんなんでもくりっこ

●輪くぐりなどのもぐる遊び

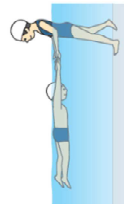
●おもり

●手や足を使っているいろいろな姿勢でもぐる

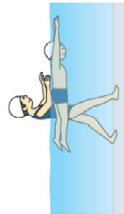
浮いて進む運動

け伸び

- 友達に手を引かれる



- 手を離されたあとのけ伸び



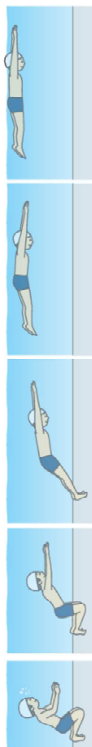
- 友達に足を押される



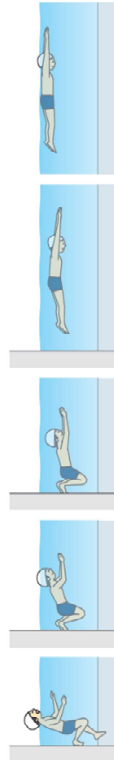
- 足を押されたあとのけ伸び



- プールの底を蹴って進む



- 壁を蹴って進む



初歩的な泳ぎ

- 補助員を用いた初歩的な泳ぎと仰向け姿勢での泳ぎ：ヒート板とヘルパー



クロール



平泳ぎ



キック



ブル

- 呼吸を伴わない初歩的な泳ぎ：面かぶりクロールと平泳ぎ



クロール



平泳ぎ

- 呼吸を伴う初歩的な泳ぎ：はた足泳ぎ、かえる足泳ぎ



ハタ足



かえる足

〔第3学年及び第4学年〕

ア 浮いて進む運動

引用：「小学校体育（運動領域）指導の手引～楽しく身に付く体育の授業～」



〔第3学年及び第4学年〕

イ もぐる・浮く運動

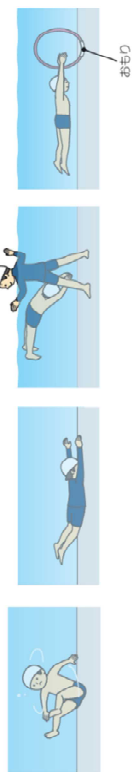
引用：「小学校体育（運動領域）指導の手引～楽しく身に付く体育の授業～」



もぐる・浮く運動

プールの底にタッチ、股くぐり、変身もぐりなどのいろいろなもぐり方

- お尻でタッチ
- お腹でタッチ
- 脱くぐり
- 縮くぐり



背浮き、だるま浮き、変身浮きなどのいろいろな浮き方

- 補助具を用いた背浮き
- 友達に支えてもらっての背浮き
- だるま浮き
- 補助具を用いただるま浮き



だるま浮きやボビングなどを活用した簡単な浮き沈み

- 息を止めて浮いてくる



- 息を吐いて沈んでいく



- 変身もぐり

- お尻→お腹

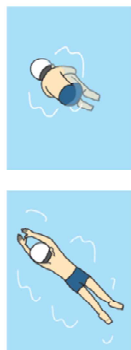
- 仰向け→伏し浮き



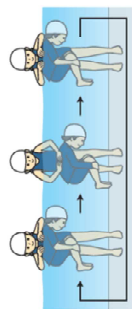
- 変身浮き
- 伏し浮き→大の字浮き



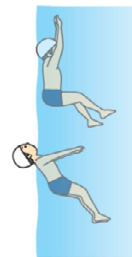
- 伏し浮き→だるま浮き



- 水中ドリブル（蹴つき）



- 顔を出す動き



- 連続ボビング移動



進むハバジャンプ
1
(プハ！スゥー)

もぐる
2、3、4、5
(息を止める)

体が浮いてきたら
6、7、8
(ブクブクブク)

進むハバジャンプ
9
(プハ！スゥー)

再びもぐる
10、11、12、13
(息を止める)

ア クロール

イ 平泳ぎ



引用：「小学校体育（運動領域）指導の手引～楽しく身に付く体育の授業～」

資料	平泳ぎ
クロール 25 ～ 50 m 程度を目安にしたクロール 手を水面に浮かべ、水を大きくかく。 左右の足を交互に曲げてのびのびと泳ぎ、リズムよく泳ぎ進む。 両のローリングを繰り返す。体を左右に曲げながら泳ぎ進む。 呼吸する側の手を大きく水をかくように泳ぎ進む。 ゆったりとしたクロール キックアップクロール 手を水面に浮かべ、水を大きくかく。 両の足を交互に曲げてのびのびと泳ぎ、リズムよく泳ぎ進む。 両のローリングを繰り返す。体を左右に曲げながら泳ぎ進む。 呼吸する側の手を大きく水をかくように泳ぎ進む。	平泳ぎ 25 ～ 50 m 程度を目安にした平泳ぎ 両手を前方に伸ばし、肩を曲げながら泳ぎ進むように泳ぎ、水を大きくかく。 足の親指を外側に開いて泳ぎ進むように泳ぎ、水を大きくかく。 手を左右に曲げながら泳ぎ進むように泳ぎ、水を大きくかく。 両の足を交互に曲げてのびのびと泳ぎ、リズムよく泳ぎ進む。 両のローリングを繰り返す。体を左右に曲げながら泳ぎ進む。 呼吸する側の手を大きく水をかくように泳ぎ進む。 ゆったりとした平泳ぎ 1ストロークで両足を曲げながら泳ぎ、水を大きくかく。 両の足を交互に曲げてのびのびと泳ぎ、リズムよく泳ぎ進む。 両のローリングを繰り返す。体を左右に曲げながら泳ぎ進む。 呼吸する側の手を大きく水をかくように泳ぎ進む。

〔第5学年及び第6学年〕

ウ 安全確保につながる運動

引用：「小学校体育（運動領域）指導の手引～楽しく身に付く体育の授業～」



● 姿勢浮き

安全確保につながる運動

10～20秒程度を目安にした背浮き

いっぱい吸った状態



↑ 少しく

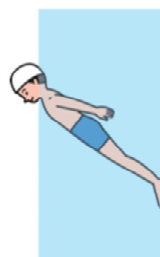


少し吐くと沈み

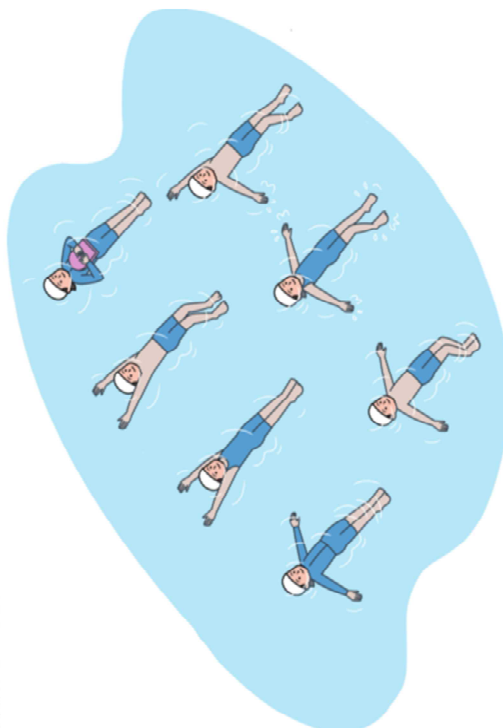
↑ 吸う



吸うと浮く



● 背浮きのバリエーション



3～5回程度を目安にした浮き沈み

● だるま浮きでの浮き沈み



● 下向きでの浮き沈み



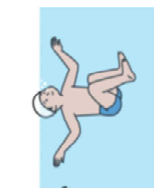
フクブクブク

フハ！スー

顔を止める（浮いてくる）

フクブクブク

● 前向きでの浮き沈み



フクブクブク

フハ！スー

顔を止める（浮いてくる）

フクブクブク

6 通常の学習場所以外のプールを使用する場合について

令和6年7月時点の調査では、県内の多くの学校において、自校のプールを使用して安全に留意した状態で水泳授業を実施している状況がみられました。

また、自校以外のプールを使用する学校では、中学校のプールを兼用で使用する場合や民間施設のプールを利用する場合などがありました。これらは、例年の実施であり、水泳授業を安全に実施するために、監視員を複数名配置したり、可動床式プールやプールフロア・水抜きなどにより適切な水位設定を行うなどの工夫がされていました。

しかしながら、突発的に水泳授業の実施場所を普段と異なる場所で行う場合については、以下の点に留意する必要があります。また、場合によっては水泳授業の実施を見送るなどの対応が求められます。

なお、いずれの場合においても水泳授業における安全管理を徹底するために、水泳授業に関係する全教職員並びに学校関係者は、水泳授業の前に「学校体育実技指導資料第4集 水泳指導の手引（三訂版）」及び本安全管理指針の内容を十分に理解しておく必要があります。

【留意点】

- ・ 通常の学習場所以外のプールを使用する場合は、予め管理職並びに体育主任や所管する教育委員会等が、使用するプールの安全性（水深、水質、救命具の設置状況など）について検討し、プールフロアの活用などによって通常の学習場所のプールの安全性と変わらないことを確認したうえで、そのプールでの水泳授業の実施を判断すること。併せて、保護者にも説明を行い、了承を得たうえでそのプールでの水泳授業を開始すること。その際、安全を確保できない場合は実施しないこと。
なお、実施しない場合でも「水泳運動の心得」を軸とした学習指導要領に則した安全に関する学習活動は必ず実施すること。
- ・ 通常の学習場所以外のプールを使用する場合は、公立プール、民間プール、他学校のプールの借用を総合的に検討すること。なお、その際は、授業時間数が減少し得ることを考慮し、ゆとりあるカリキュラムマネジメントを心がけること。
- ・ 他校のプールの借用を検討する場合は、借用先のプールの構造上の水深を確認したうえで、必要に応じて水深に対する対策（プールフロアの設置、水位の調節など）を行うよう留意すること。
- ・ 他校のプールを借用する場合は、学校長を含め、授業を実施する教員による現地の下見を必ず行うこと。その基礎情報や留意点をもとに、職員会議で審議、検討すること。また、学校長は教育委員会への経緯、経過の連絡を適時行うこと。

7 参考資料

(参考)健康カードの様式

「学校体育実技指導資料第4集 水泳指導の手引（三訂版）」平成26年3月（p.128 参照）

年	組	氏名	
---	---	----	--

	月 日	/	/	/	/	/	/	/
項 目		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
朝の体温は何度でしたか								
睡眠時間は どれくらいでしたか		時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間
1 朝食は食べましたか (何時に食べましたか)		(時)	(時)	(時)	(時)	(時)	(時)	(時)
2 朝、排便はありましたか								
3 下痢や腹痛の症状はありま せんか								
4 頭痛を訴えていませんか								
5 せき・鼻水はでていませんか								
6 吐き気はありませんか								
7 めまいやふらつきはありま せんか								
8 心臓がドキドキしたり，胸の 痛みはありませんか								
9 足のむくみや手足の痛みはあ りませんか								
保護者印								

※1～9については，「はい」は○を，いいえは×をつけてください。

(参考) 水泳授業における記録シート

監視者等が活用する水泳授業中における児童の安全確認に関する記録シートの例

＜児童の安全確認に関する記録シート＞

記録者 ()

日 付		() 月 () 日 () 曜日 () 時間目			
クラス		() 年 () 組			
授 業 開 始 時	児 童 数		男 子	女 子	合 計
		入水者			
		見学者			
		欠席者			
		合 計			
	体 調 確 認	入水予定者における体調不良者の有無			無 ・ 有
		【※「有」の場合はその状況及び人数等について記載】			
	施 設 状 況	活動場所（プール内含）に危険な箇所や危険な物は無いか			無 ・ 有
【※「有」の場合はその内容及び対応について記載】					

※授業中に全体が一定時間退水しプールサイドに上がった際には、以下の内容について必ず確認すること。なお、授業終了時においても同様の確認を行うこと。

	回数	退水時間	確認内容	問題が無ければ☑	備考
授業実施中	1回目	:	プール内に残っている児童はいない	☐	
			入水していた児童全員の安全が確認できた	☐	
			体調不良者は発生していない	☐	
	2回目	:	プール内に残っている児童はいない	☐	
			入水していた児童全員の安全が確認できた	☐	
			体調不良者は発生していない	☐	
	3回目	:	プール内に残っている児童はいない	☐	
			入水していた児童全員の安全が確認できた	☐	
			体調不良者は発生していない	☐	
授業終了時	※最終退水時間	:	プール内に残っている児童はいない	☐	
			入水していた児童全員の安全が確認できた	☐	
			体調不良者は発生していない	☐	

*授業中及び授業後に体調不良者が発生した場合には、養護教諭や管理職等と必ず情報共有を図ること。

*緊急事態に備え、緊急時の対応について必ず把握をしておくこと。

(参考) 水泳授業におけるチェックリスト

水泳授業直前のチェックリストの例

<授業直前におけるチェックリスト>

【全般】

- ☐ 授業者と監視者の役割が区別できている。
- ☐ 児童数並びに児童の健康状態について把握している。
- ☐ 泳ぎが得意ではない児童について、授業者及び監視者の間で情報共有ができている。
- ☐ 水泳授業を行うにあたり、適切な環境（天候・水温・気温等）である。
- ☐ ホイッスル、携帯電話等を持参している。
- ☐ 救命具がプールサイド等に準備されている。
- ☐ 排（環）水口等の蓋の固定や吸い込み防止金具の設置について異常が無い。
- ☐ 児童の体格や泳力等に応じた適切な水位が設定されている。

【緊急時の対応について】

- ☐ 緊急時の連絡手順を知っている。
- ☐ 心肺蘇生法を実施することができる。
- ☐ A E Dの設置場所並びにA E Dの操作方法を知っている。
- ☐ 事故が起きた場合に、事故者以外を安全な場所に速やかに誘導し、適切な指示を伝えることができる。
- ☐ 救急車及びストレッチャーの搬入搬出ルートを理解している。
- ☐ 「事故発生時の対応チェックリスト」及び「緊急時の対応マニュアル（フロー図等）」が作成されている。

＜授業中・直後におけるチェックリスト＞

【全般】

- ☐ 監視者は、児童退水後、プール内に残っている児童がいらないか確認をした。
- ☐ 児童数を確認した。
- ☐ 児童の健康観察を行った。
- ☐ 指導中、バディチェックを複数回行い、バディ相互の安否確認を行った。

【体調不良者が発生した場合】

- ☐ 養護教諭等と体調不良者の情報共有を行った。
- ☐ 授業担当者が担任ではない場合、担任と体調不良者の情報共有を行った。
- ☐ 管理職と体調不良者の情報共有を行った。
- ☐ 保護者と体調不良者の情報共有を行った。

(参考) 事故発生時の対応チェックリスト

事故発生時における授業者等の対応チェックリストの例

<事故発生時の対応チェックリスト>

- ☐ 事故発生の確認 [:]
- ☐ 事故者の救助 [:]
- ☐ 事故者の意識等の確認



【意識がない場合や判断に迷う場合】

- ☐ 協力依頼
 - ☐ AED持参の依頼
 - ☐ 119番通報の依頼
→ 通報時間 [:]
 - ☐ 救急車の誘導の依頼
 - ☐ 職員室へ連絡の依頼
→ 連絡時間 [:]
- ☐ 心肺蘇生法の開始 [:]
- ☐ 事故者以外の児童を安全な場所へ誘導並びに状況説明
- ☐ AED使用開始 [:]
- ☐ 救急隊員の到着 [:]
- ☐ 救急隊員への状況説明

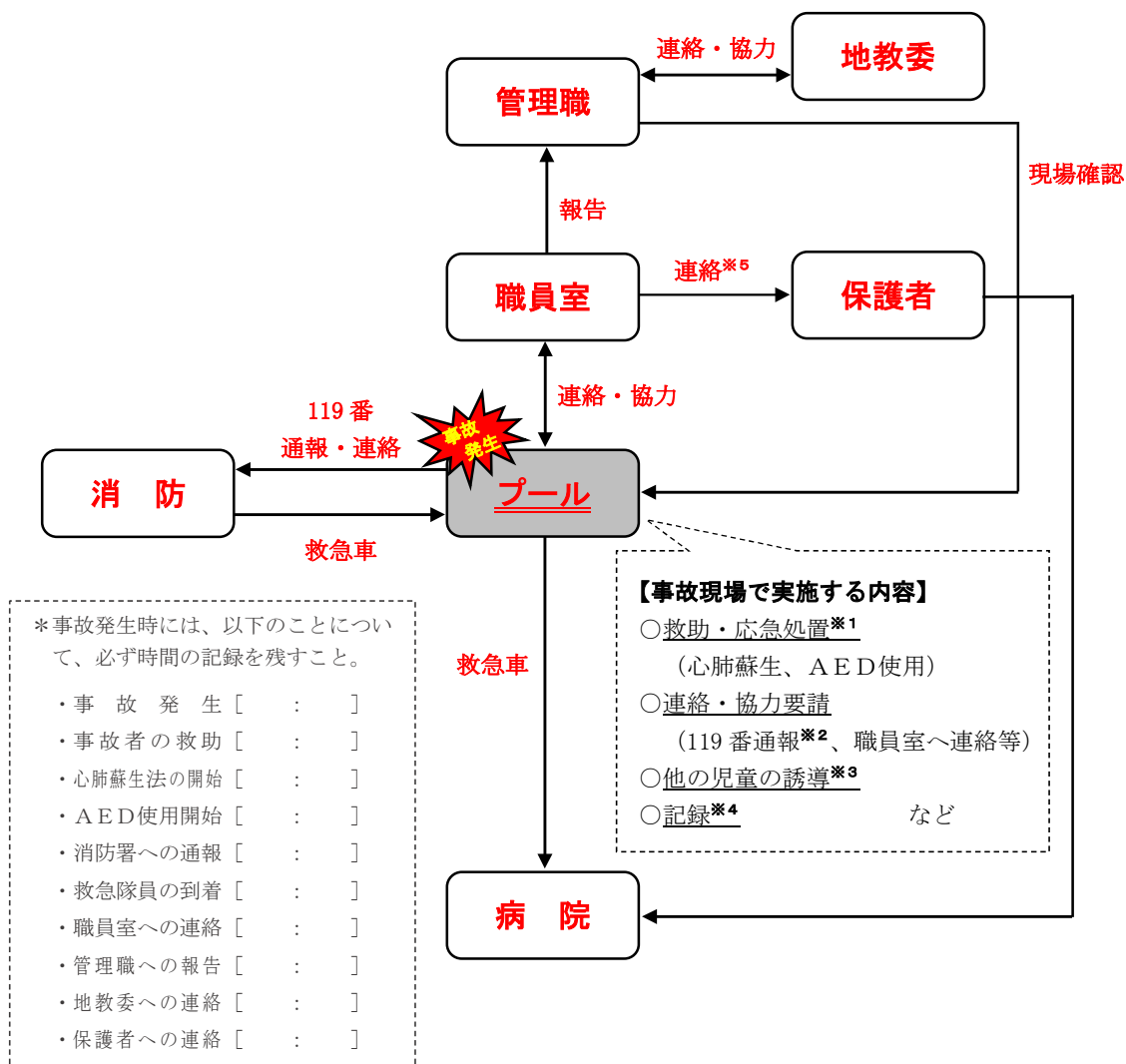
上記の他に、

- ☐ 管理職への報告 → [:]
- ☐ 地教委への連絡 → [:]
- ☐ 保護者への連絡 → [:]

【意識がある場合】

- ☐ 事故者の状態確認 (※応急手当含む)
- ☐ 養護教諭等へ連絡または保健室への搬送
- ☐ 事故者以外の児童への状況説明
- ☐ 管理職への報告
- ☐ 保護者への連絡

(参考) 緊急時の対応マニュアル（フロー図等）



<留意点>

※1…自発呼吸が回復するか、救急隊が到着するまで継続する。

※2…救急車の依頼時における必要最低限の連絡事項

- ① 学校名、所在地、電話番号
- ② 事故内容
 - ・いつ、だれが、どこで、どうしたか
 - ・事故者の症状と行った（行っている）対応
 - ・救急車到着までに学校ですべき内容の確認

※3…事故者以外の児童を安全な場所へ誘導する。

※4…事故の様子や傷病の状態、事故対応等について記録する。

※5…事故概要、傷病の状態、応急処置の状況等を報告し、病院に来ていただくよう依頼する。

(参考) 溺水に至るプロセスと溺者の特徴

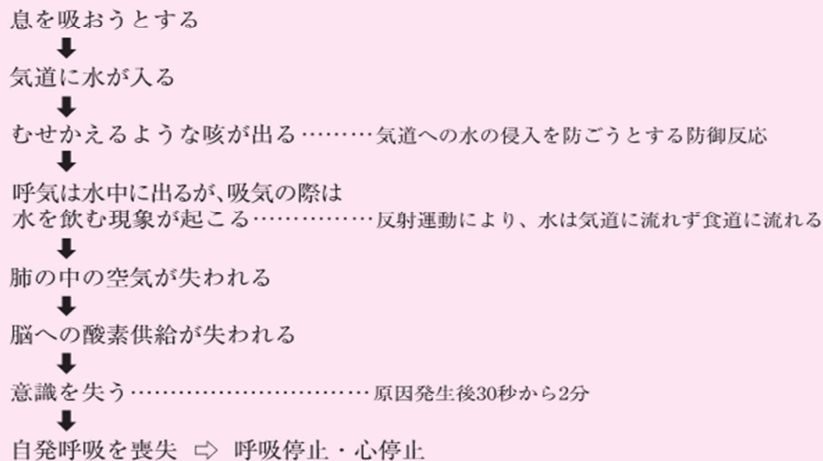
(1) 溺水について

溺水とは、水が原因となって、自分自身で呼吸ができなくなる状態のことを言います。

人間は、器具を使わない限り水中で呼吸することはできず、水面に顔を出して呼吸することができないと窒息してしまいます。

ア 溺水などによって心停止に至る過程

溺者は、水中で呼吸ができないために窒息します。やがて呼吸不能時間が限界をこえると、意識不明になり、呼吸停止、心停止に至ります。その過程は、次のとおりです。



溺水の場合、冷水の中に長時間水没していた溺者が蘇生した例もあるので、救助したときすでに水没してからの時間が経過していても、あきらめずに蘇生の努力を続けなければいけません。また、水を吐かせるよりも、まず心肺蘇生を開始し出来るだけ早く肺に空気を送り込みます。水を吐かせるために貴重な時間を費やしてはいけません。

イ 溺水の主な原因

陸上からの落水や入水中に波や深みにのまれるなどにより、水を飲むなど呼吸ができなくなり溺れてしまいます。また、心臓発作などの急病や突風など自然条件の悪化、水中生物による危害などの影響によって引き起こされる場合があります。

(2) 溺者の状態

溺者は、いつでも大きな声を出して助けを求めたり、もがいたりしているとはかぎりません。いつの間にかいなくなったという場合もあります。

溺者は、水面で溺れている場合と、水中から浮上できずに溺れてしまう場合があります。なお、溺者が水没する場合に、多くは、流れがなければ垂直に、流れがあれば斜めに沈みます。また、水泳中、手足は動いているが、呼吸の動作をしていないことがあります。

手足を動かさなくなり、すぐに水に沈む	⇨	心臓発作、脳卒中、強いパニック
声が出ず、しばらく水面でもがいている	⇨	水を飲んで呼吸に失敗
声は出せても、水面で溺れかけたしぐさをしていない	⇨	疲労
浮上できずに溺れる	⇨	潜水中、呼吸を止めていられる限界を超えた



表5-1

【引用：赤十字水上安全法講習教本（12版）】

引用・参考文献等一覧

<文部科学省>

	二次元コード
○「学校体育実技指導資料第4集 水泳指導の手引（三訂版）」平成26年3月 https://www.mext.go.jp/a_menu/sports/jyujitsu/1348589.htm	
○「プールの安全標準指針」平成19年3月 https://www.mext.go.jp/sports/content/1306538_01_1.pdf	
○小学校学習指導要領（平成29年告示）解説 体育編 https://www.mext.go.jp/component/a_menu/education/micro_detail/icsFiles/afieldfile/2019/03/18/1387017_010.pdf	

<独立行政法人 日本スポーツ振興センター>

○「学校における水泳事故防止必携 [2018年改訂版]」平成30年3月 https://www.jpnsport.go.jp/anzen/Portals/0/anzen/anzen_school/sui2018/suiei2018_0.pdf	
○平成30年度スポーツ庁委託事業 学校における体育活動での事故防止対策推進事業 「学校屋外プールにおける熱中症対策」平成31年3月 https://www.jpnsport.go.jp/anzen/Portals/0/anzen/anzen_school/H30nettyuusyoutoolPamphlet/h30nettyuusyoutool.pdf	

<公益財団法人 日本学校保健会>

○「学校における水泳プールの保健衛生管理 平成28年度改訂」 https://kenkoukyouikusidoukyakousyuukai.com/img/H290010.pdf	
---	---

<スポーツ庁>

○小学校体育（運動領域）指導の手引 ～楽しく身に付く体育の授業～ https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop04/list/jsa_00003.htm （※低学年：水遊び 資料、中学年：水泳運動 資料、高学年：水泳運動 資料）	
--	---

<気象庁>

○雨雲の動き・雷活動度・竜巻発生確度（ナウキャスト）－気象庁－ https://www.jma.go.jp/bosai/nowc/#lat:34.642247/lon:137.614746/zoom:6/colordepth:normal/elements:slmcs&slmcs_fcst&liden&hrpns	
--	---

<日本赤十字社 日本赤十字社高知県支部>

○赤十字救急法基礎講習教本【7版】 令和4年4月 日本赤十字社	
○一次救命処置（BLS）－心肺蘇生（CPR）とAED－ 日本赤十字社 高知県支部	
○ルールを守ってたのしい水泳・水遊び 令和6年6月 日本赤十字社	

○赤十字水上安全法講習教本【12 版】 令和 5 年 4 月 日本赤十字社	
---	--

<京都市教育委員会>	二次元コード
○「小学校における水泳指導の手引」 ―安全管理を徹底するために― 令和 2 年 3 月 https://www.city.kyoto.lg.jp/kyoiku/cmsfiles/contents/0000292/292076/tebiki0203.pdf	

<北広島市教育委員会>	
○北広島市「水泳学習の手引き」～安全管理の徹底～（指針） 令和 6 年 12 月 https://www.city.kitahiroshima.hokkaido.jp/hotnews/files/00155300/00155354/suieigakusyunotebiki.pdf	

<高知市立長浜小学校児童プール事故検証委員会>	
○高知市立長浜小学校児童プール事故検証報告書 令和 7 年 3 月 https://www.city.kochi.kochi.jp/uploaded/life/227153_916716_misc.pdf	

<高知市教育委員会>	
○小学校における水泳授業の安全管理マニュアル ～安全・安心で楽しい水泳授業のために～ 令和 7 年 4 月 https://www.city.kochi.kochi.jp/uploaded/attachment/160216.pdf	

＜監 修＞

日本赤十字社 高知県支部

松井 敦典 （鳴門教育大学大学院学校教育研究科教授）