

広島大学学術情報リポジトリ  
Hiroshima University Institutional Repository

Title	インクルーシブ体育の視点から考える水泳の授業：水中での多様な移動の仕方を考える活動やダンススイミングの活動を通して
Author(s)	信原, 智之; 藤井, 華香
Citation	中等教育研究紀要 / 広島大学附属福山中・高等学校, 63 : 71 - 78
Issue Date	2023-05-31
DOI	
Self DOI	<a href="https://doi.org/10.15027/53938">10.15027/53938</a>
URL	<a href="https://doi.org/10.15027/53938">https://doi.org/10.15027/53938</a>
Right	
Relation	



# インクルーシブ体育の視点から考える水泳の授業

## —水中での多様な移動の仕方を考える活動やダンススイミングの活動を通して—

信原 智之 藤井 華香

本研究では、水中での多様な移動の仕方を試行錯誤する活動や、ダンススイミングを取り入れた活動を通して、水泳が苦手な生徒も楽しむことができる授業を実践し、その効果を検証した。事前調査と事後調査における水泳の授業に対する愛好度と運動有能感を比較した結果、どちらの項目においても、有意に高まったことが明らかとなった。また、水泳が苦手な生徒へのインタビュー調査の結果からは、プールに足をつけても良いなどの安心感や、友達と協働的に動きを考えることができたことなどが、本研究における授業の良かった点として挙げられた。

### 1. 問題の所在

中学校や高等学校における水泳の授業では、多くの学校が“いかに4泳法の技能等を習得し速く泳いだり効率的に泳いだりするか”という課題のもと、授業を実践している。また、4泳法の習得が学習の中心とならない水泳の授業としては、「防災教育」や「安全水泳」の視点から、非常時などの際に自己・他者の身を守る着衣泳の活動を取り入れた授業が多く、多くの学校で実践されている。しかし多くの場合、4泳法を身につける水泳の授業を学習の中心としながら、単発的に着衣泳を実施しているという単元構成での水泳の授業が多いのではないだろうか。このように、泳げない子どもや身体的に課題を抱えている子どもにとっては、「泳げるようになること」を目標に据える水泳の授業は、とても苦痛なものであり、水泳を嫌いにさせてしまう一要因となっている。

新学習指導要領が改訂され、学校教育の現場でも「共生」、「多様性」といったキーワードが注目を集めている。梅澤(2020)は、新学習指導要領では体育において「共生」の視点が加えられ、障害の有無、性差、運動格差等の多様性を包摂する体育が求められていると指摘している。この指摘を踏まえると、水泳が嫌いな生徒、泳ぐことが困難な生徒も積極的に取り組むことができるような「インクルーシブ体育」の視座から水泳の授業を捉え直すことが重要であると考えられる。

### 2. 水泳の授業デザインの検討

松田(2016)は、「プール=水泳(競技)」という構図から抜け出し、「プール=水と関わる運動やスポーツ等を学習する場」と捉えることで、生徒たちが水と関わるスポーツを楽しむ可能性が大きく拓かれ、自ずと学校外においてそれらを楽しむ可能性も高まると述べている。つまり、まずは水泳とはどのような運動なのか、どのようなところに面白さがあるのかを問い直すことから

始める必要がある。

水泳の単元に関して、中学校学習指導要領によると、「クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライなどから構成され、浮く、呼吸する、進むなどのそれぞれの技能の組み合わせによって成立している運動で、それぞれの泳法を身に付け、続けて長く泳いだり、速く泳いだり、競い合ったりする楽しさや喜びを味わうことができる運動」と示されている。しかし、上記のように水泳は「泳法を身に付けて泳ぐことが楽しい運動である」と捉えてしまうと、泳ぐことに困難を抱える子どもはそもそも水泳を楽しむことが難しくなってしまう。そこで筆者は、水泳は「水中を多様な動き方で移動することが楽しい運動」とし、水泳の楽しさを「どのように水中を移動するかを試行錯誤していくこと」であると捉えた。このように考えることで、水泳が苦手な生徒は、自分自身のレベルに合わせてできそうな動きを思考することができ、積極的に活動に取り組むことができ、水泳の楽しさに触れることができるのではないかと。

また、水泳は基本的に個人で運動を行うものである。しかし、水中を多様な動き方で移動することとして水泳を捉えると、複数人で一緒に運動することも可能となるのではないかと。それは例えば、「他者と一緒に移動する」、「他者とスピードを合わせて移動する」、「他者とタイミングを合わせて動く」といった課題などが挙げられる。従来の水泳の授業における他者との関わり方は、おもに仲間同士で動きを観察し合いながら、修正点を伝え合う学習活動、リレーの活動、競技会やタイム測定の運営といった活動が挙げられる。しかし、複数人で一緒に運動するという学習活動では、従来までとは違った他者との関わり方に期待ができるのではないだろうか。

ここで、プールで複数人が一緒に取り組むことができる運動として、筆者はダンススイミングに着目した。ダンススイミングとは、足がつくプールで、アーティステ

ィックスイミングやダンスなどの要素を取り入れた、泳げない人でもできる水中レジャースポーツである。ダンススイミングを活動に取り入れることによって、水中でどのように他者と動きを合わせることができるかという課題のもと、泳力の高低に関わらず、全ての生徒がプールでの活動（水泳の授業）を楽しむことができるのではないかと考えた。

### 3. 単元の構成

表1は単元計画をまとめたものである。1学期に実施する第1時～第3時の授業を「単元前半」とし、2学期に実施する第4時～第8時の授業を「単元後半」という設定にした。

単元前半では、水泳とは水中を多様な動き方で移動することが楽しい運動であると捉え、水中での多様な移動の仕方を試行錯誤していく活動を展開していく。単元後半では、陸上スピーカーと水中スピーカーを活用しながら、ダンススイミングを取り入れた活動を展開していく。

毎時間の授業展開では、第1時から第3時の授業では、①授業の振り返りの共有、②本時の授業の課題提示、③活動1、④活動1のリフレクション、⑤活動2、⑥本時のまとめとなるように授業を構成した。第4時と第5時では、ダンススイミングの基本的な動きを教師主導のもと提示していく。そして、第6時以降では、各班でダンススイミングの動きを考える活動とする。

今回の単元では、毎授業終了後に Google Classroom 上で Google フォームを用いて授業の振り返りを提出するようにした。生徒が提出した前回の授業の振り返りを踏まえ、①の授業の振り返りの共有を行った。このような活動を踏まえ、特に水泳が苦手な生徒が水泳を楽しむこ

とができるような授業を目指す。

### 4. 研究の目的

水中での多様な移動の仕方を試行錯誤する活動やダンススイミングを取り入れた活動を通して、水泳が苦手な生徒も楽しむことができる授業の効果について検証する。

### 4. 研究の手続き

#### 4-1) 研究の対象

広島大学附属福山中学校3年生122名を対象とし、男子40名と女子41名、計81名の講座と、男子20名と女子21名、計41名の講座の計2講座にて授業実践を行った。昨年度までの水泳の授業では、クロール、平泳ぎの泳法の習得を目標とした授業を展開している。

本授業を実践するにあたり、非常勤講師（女性、教師歴1年目）とともに、チーム・ティーチング形式で授業を展開した。

#### 4-2) 期間

2022年7月～9月中旬に授業を実施した。

#### 4-3) 分析方法

- ①事前調査と事後調査における水泳の授業に対する愛好度と運動有能感がどのように変化したかを比較、検討する。その際、事後調査における生徒の自由記述からも、授業の効果について迫る。
- ②事前調査にて、水泳が嫌いかつ不得意であると感じている生徒を対象に半構造化インタビューを実施し、授業の効果を検証する。

表1 単元計画

1学期（単元前半）			2学期（単元後半）					
時	1	2	3	4	5	6	7	8
0	集合・出席確認・あいさつ・前時の振り返り・本時の目標確認・体操							
10	オリエンテーション				班決め			
20	課題 今までの泳ぎを組み合わせて、様々な泳ぎを探求してみよう	課題 様々な移動の仕方、泳ぎ方を考える	課題 どのように他者と一緒に移動したり、泳いだりすることができるか	課題 どうすればリズムに合わせて、水中で様々な動きができるか	課題 どうすればリズムに合わせて、水中で他者と動きを合わせることができるか①	課題 どうすればリズムに合わせて、水中で他者と動きを合わせることができるか②	課題 どうすればリズムに合わせて、水中で他者と動きを合わせることができるか③	課題 どうすればリズムに合わせて、水中で他者と動きを合わせることができるか④
40								
50	整理運動・本時の振り返り・次時の確認・あいさつ							

## 5. 授業の実際

### 5-1) 単元前半

第1時の授業は、オリエンテーションとして位置づけた。オリエンテーションでは、今年度の水泳の授業の概要（昨年までの競泳ではなく、水中での様々な移動の仕方の探求やダンススイミングの要素を取り入れた活動などを行うことなど）、授業後の振り返りの方法について説明を行った。その後、本時の課題を提示し、活動を行った。本時の課題は、「今までの泳ぎを組み合わせ、様々な泳ぎを探求してみよう」というものである。様々な泳ぎ方（移動の仕方）を探求するといっても、最初は何をどのように工夫していけば良いのかが分からない生徒が多いと考えられた。そこで、まずは今まで知っている泳ぎ（クロール、平泳ぎを中心とした4泳法）を組み合わせながら泳いでみるという課題に設定した。

活動1の生徒たちの様子として、多くの生徒はクロールと平泳ぎの腕の動きと足の動きを組み合わせながら泳いでいる姿が見られた。また、左右非対称の動きや、背浮き姿勢で泳いでいる生徒も見られた。その様子を踏まえてリフレクションでは、教師が「どのような姿勢で泳ぐか」、「腕や足の動きは左右非対称でも良いのではないか」という視点を提示した、これらを踏まえて活動2を行わせた。活動2では、背泳ぎやバタフライの動きを組み合わせる生徒、犬かきの動き、錐もみ回転しながら泳ぐ、など様々な泳ぎ方が見られた。

第2時では、第1時の活動を踏まえ、「様々な移動の仕方、泳ぎ方を考える」という課題のもと、授業を行った。前回の授業の振り返りより、全体に共有した内容は、以下の3点である。1点目、「水しぶきをたてないようにしたい」という生徒の振り返りから、「どの位置で手や足を動かすのか」という視点を提示した。2点目、「呼吸」の工夫として、前回の授業でも犬かきが見られたことを踏まえながら、「顔を常に水面から出して泳いでも良いのではないか」という視点を提示した。3点目、「プールの底を蹴って水中を進んだ」という生徒の振り返りから、「プールの底を蹴って（利用して）移動する方法も良いのではないか」という視点を提示した。

その後の活動では、犬かきの手のかき動作を大きくして、伸びのある犬かきをする生徒、背浮き姿勢で平泳ぎ（エレメンタリーバックストローク）をする生徒、顔を出したまま平泳ぎをする生徒、横を向いたまま泳ぐ生徒、プールの底を手で這いながら進む生徒など、様々な移動の仕方で行う活動する生徒が見られた。また、縦に2人や3人が連結して泳いでいる姿が見られた（図1）。具体的には、前の生徒の足を後ろの生徒が持ち、前の生徒は手のかきを担い、後ろの生徒はキックを担って進んでいた。その様子をまとめて取り上げ、「泳ぐ＝一人ではなく複

数人で行うこともできる」という視点を提示した。

第3時では、「どのように他者と一緒に移動したり、泳いだりすることができるか」という課題のもと、授業を行った。前回の授業の振り返りにて、「プールの底を蹴る→水面へ浮上し泳ぐ→呼吸する」までを「一連の泳ぎ」として捉えた生徒がいた。そこで、「どこまでの一連の動作を泳ぎの1セットとして捉えるかを考えることも良いのではないか」という視点を生徒たちに提示した。また、「他者と一緒」ということは、前回のように他者と連結して一体となることだけではなく、隊形を工夫したり、スピードや腕のかき、キック、呼吸のリズムを合わせるということも「他者と一緒に泳ぐ」ということであると提示した。

その後の活動では、横並びで手を繋いだままクロールや背泳ぎをしている生徒、対面でお互いに掌を合わせて泳いでいる生徒、1枚のビート板を2人で支えながら泳いでいる生徒（図2）、隊列を組んで4人で同じスピードで泳いでいる生徒（図3）など様々な動きで他者と泳いでいる姿が見られた。

以上のように、単元前半では4泳法だけではなく、様

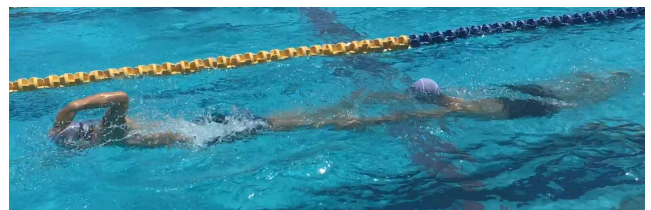


図1 2人で連結して泳ぐ生徒たち



図2 2人でビート板を共有して泳ぐ生徒



図3 4人で隊列を組み平泳ぎで泳ぐ生徒たち

々な泳ぎ方があること、他者と一体となって泳いだり、リズムやスピードを合わせて泳ぐことを経験することができたと考えられる。

## 5-2) 単元後半

夏休み明けの第4時では、陸上スピーカーと水中スピーカーを活用しながら、「どうすればリズムに合わせて、水中で様々な動きができるか」という課題のもと、授業を行った。授業の場の設定はコースロープを調整し、1・2コース、3・4コース、5・6コース、7・8コースで活動できるようにした(図4)。また、正面はスピーカーが設置してある方向を正面とし、正面に向かって左側が男子、右側が女子となるように活動場所を割り振った。

活動1は、リズムに合わせて水中で動くことに慣れることをねらい、アクアフィットネスの動きを中心に提示しながら行った。なお、使用する曲については、①多くの生徒が知っていること、②曲のカウントやテンポが把握しやすい構成であることを条件として「ワタリドリ/[Alexandros]」を採用した。

活動2は、基本的なダンススイミングの動きを知ることがをねらい、ダンススイミングでよく用いられている動きを中心に提示しながら行った。主に「アンダー」、「ラッシュ」、「ボディブース」、「スブラッシュ」、「浮き身姿勢」などを取り入れた。使用した曲は、今年度の当校の体育祭にて、全校生徒の演技プログラムにて使用された「ロマンチズム/Mrs. GREEN APPLE」を採用した。この選曲の理由としては、①全生徒が聞いたことがあること、②体育祭で実際に演技した動きも取り入れることで、陸上と水中での動きの感覚の違いが理解しやすくなるのではないかと考えたからである。

第5時では、「どうすれば水中でリズムに合わせて、他者と動きを合わせることができるか」という課題のもと、授業を行った。なお、第5時では、他者との動きを合わせるということが学習の中心になるため、1チーム5名程度のチームを作り活動した。

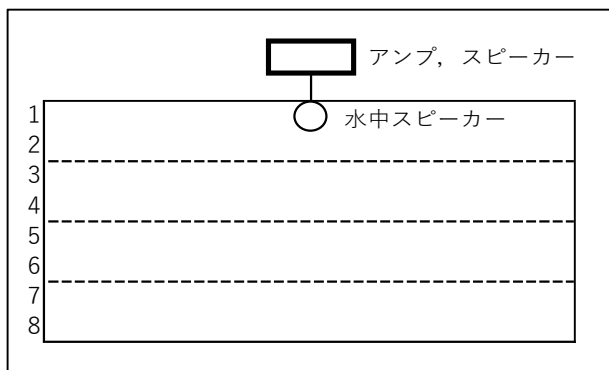


図4 第4時の場の設定

活動1では、他者とペースを合わせて泳ぎながら隊形を描く「スイマス」(図5)をメインとした動きを提示した。動きの具体については、表2に示す通りである。

活動2では、他者とタイミングを意図的にずらし、連鎖的な動作により表現をする「カデンス」や、隊形変化をメインとした動きを提示した。動きの具体については、表3に示す通りである。第5時の授業のまとめの際に、第6時からはそれぞれのチームで動きを考えていく活動を行うことを説明した。そして、教師が課題曲を提示し、その中から自分たちが使用したい曲を選曲すること、ど



図5 第5時 スイマスの活動

表2 第5時 活動1の動きの具体

カウント	動きの具体
	前奏
	チームで円をつくる リズムをつかむ(手拍子)
	メロディ サビ
8C①~	スイマス
8C④	(円形, 時計回りでクロール)
8C⑤	小さい円になり手を繋ぎ
8C⑥	フローティング
8C⑦	片腕を空へ
8C⑧	※8C①へ戻る

表3 第5時 活動2の動きの具体

カウント	動きの具体
	前サビ
	チームで横一列になる リズムをつかむ(手拍子)
	間奏 メロディ サビ
8C①	ジャンプ → アンダー
8C②	カデンス(ロケットジャンプ)
8C③	待機 → 腕を開く
8C④	水面ばしゃばしゃ
8C⑤	スブラッシュ左右
8C⑥	アンダー イルカ跳び
8C⑦	隊形変化 横(縦)一列から縦(横)一列へ
8C⑧	※8C①へ戻る

の曲も1番のサビが終わるまでの約1分半程度の時間の動きを考えることを説明した。

第6時では、今までの学習を踏まえ、それぞれのチームで動きを考えていく活動を中心に授業を行った。なお、生徒たちがチームで使用したい曲は、「ダンスホール／Mrs. GREEN APPLE」, 「ワタリドリ／[Alexandros]」の2種類であったため、活動中はこれらの曲を交互に流しながら動きを考えさせた。

第7時では、引き続きチームで動きを考えていく活動を計画していたが、諸事情により活動場所をプールではなく格技場にて活動を行った。水の中で動くことを想定しながら、動きを考えた。

第8時では、これまでの学習のまとめとして、それぞれのチームが曲に合わせて自分たちが考えた動きの発表を行った。

## 6. 結果と考察

### 6-1) 事前調査と事後調査における結果の比較

事前調査と事後調査では、水泳の愛好度、運動有能感に関する質問項目について、3件法(③:当てはまる, ②:どちらでもない, ①:当てはまらない)で生徒に回答させた(表4)。そして、事前調査と事後調査の比較を行うにあたって、それぞれの質問に対する3件法の回答の平均値をとる。そして、その平均値の差が統計的に有意か確かめるために、有意水準5%で両側検定のt検定を行った。

水泳の愛好度に関する、「水泳が好きである」という質問項目の比較では、事前調査と事後調査の平均値の差は、 $p < 0.01$  ( $t = -5.06$ )であり、有意であることが分かった。具体的に回答の内訳を見ると、事前調査で「水泳が好きではない」と回答した数が31であったのに対し、事後調査では15になっており、およそ半減していることがわかる。また、事前調査で「水泳が好きである」と回答した数は44であったのに対し、事後調査では63となっており、約1.4倍増加していることがわかる。このことから、ダンススイミングを取り入れた水泳の授業は、水泳の愛好度を高める効果があったといえる。

次に、水泳の運動有能感に関する、「水泳が得意である」という質問項目の比較では、事前調査と事後調査の平均値の差は、 $p < 0.01$  ( $t = -3.20$ )であり、有意であることが分かった。具体的に事前調査から事後調査における回答の内訳を比較すると、「水泳が得意ではない」という回答は12減少し、「どちらでもない」という回答は7増加し、「水泳が得意である」という回答は5増加していることがわかる。このことから、ダンススイミングを取り入れた水泳の授業は、水泳の運動有能感を高める効果があったといえる。しかし、水泳が得意ではないと

表4 事前調査と事後調査の比較(愛好度と有能感)

質問項目	回答の内訳			t検定(N=117)			
	③	②	①	平均値	確率	t値	
水泳が好きである	事前	44	42	31	2.11	**	-5.06
	事後	63	39	15	2.41		
水泳が得意である	事前	25	44	48	1.80	**	-3.20
	事後	30	51	36	1.95		

※③当てはまる, ②どちらでもない, ①当てはまらない

※確率の「\*\*」は $p \leq 0.01$ であることを示す。

回答した生徒は、117名中36名とまだまだ多くおり、やはり生徒の水泳が「できる」という意識を高めていくためには、依然として課題が残されていると考える。

事後調査において、授業の感想を自由記述の形式で記述させた。その中から、記述欄が空欄の記述や、授業内容とは無関係の記述などを除き、113名の感想を分析の対象とした。生徒の感想から総抽出語数は6917(使用:2686)であり、異なり語数は763(使用:576)であった。頻出語と出現頻度については次ページ表5に示す通りである。

表5より、使用頻度の多かった語句としては、名詞では「水泳」(60回), 「授業」(54回), 「動き」(53回), 「水中」(41回), 「ダンス」(39回)などが挙げられた。動詞では、「思う」(71回), 「泳ぐ」(70回), 「考える」(51回), 「合わせる」(33回), 「違う」(32回)などの語句や、「する」, 「できる」, 「なる」などの語句が挙げられた。これらから、多くの生徒たちは、「水中」における「動き」や「泳ぎ」や、「ダンス」スイミングの活動で、他者とタイミングを「合わせる」ことについて考えを深めていたと考えられる。

生徒の感想文に出現した語句の共起関係を分析することを目的として、テキストマイニングツール(計量テキスト分析用ソフトウェア「KHCoder」)により共起ネットワーク図を作成し、分析を行った(次ページ図6)。共起ネットワーク図をもとに、語句の共起関係を6のまとりに分類した。

まず、①「泳ぐ」, 「水泳」, 「楽しい」, 「考える」などの語句のつながりに着目し、生徒がどのようなことを考え、どのようなところが楽しいと感じていたのかに迫る。共起された生徒の感想は、「同じ班の人と自分が表現したいものについて考えて、動くのはとても楽しかった」, 「集団の中で自分がどのように泳げば整っているように見えるのかを考えて体を動かすようになり、競泳とは違う面白い感覚がありました」というものが挙げられる。これらから、生徒たちは特に単元後半に行ったダンススイミングの活動を通して、班で水中での動きを考えていくことや、どのように班の動きを「魅せる」か

表5 事後調査の生徒の感想における頻出語

頻出語	出現頻度	頻出語	出現頻度
思う	71	難しい	39
泳ぐ	70	合わせる	33
水泳	60	違う	32
楽しい	59	今年	30
授業	54	自分	28
動き	53	今	26
考える	51	動く	21
水中	41	人	19
ダンス	39	体	17
水	39	踊る	17

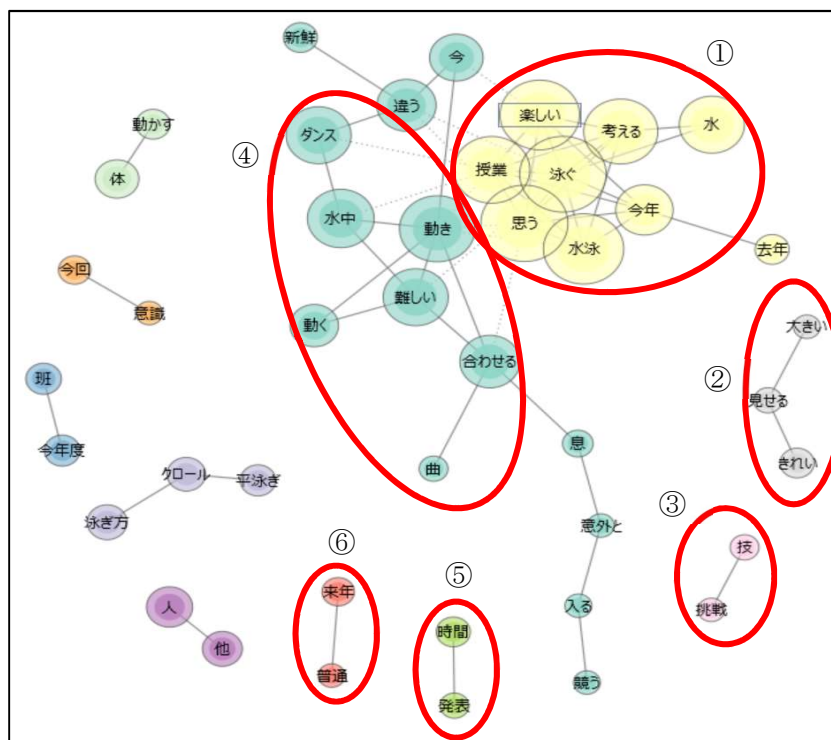


図6 事後調査における生徒の感想の共起ネットワーク

について考えることが楽しかったと感じていたことがわかる。このことは、②「大きい」、「見せる」、「きれい」の語句のつながりからもわかる。「動きを大きくしたり、ゆっくりしたりして揃えればきれいに見える」、「みんなと息を合わせるだけでなく手足を伸ばしたり、一つ一つの動作を大きくするなど工夫もたくさんできました」という生徒の記述からも、生徒たちはどのように体を使えばきれいに見えるかということを考えて活動することができていたことが分かる。また、③「技」、「挑戦」の語句のつながりから、「新しい技に挑戦するのは楽しいので結構有意義でした」という生徒の記述からも、今まで考えたことがない水中での移動の仕方や、ダンススイミングの動きや技に挑戦することが楽しかったということが分かる。

次に、④「動き」、「難しい」、「水中」、「ダンス」などの語句のつながりに着目し、生徒がどのようなことを難しいと感じたのかに迫る。共起された生徒の感想は、「水の中で速く泳ぐのところが、他の人とあわせることや水の動きを見せることがメインでいつもとちがって難しい」、「水の中で踊るのは陸で踊ると全然感覚が違って、難しかった」、「チームのみんなで息を合わせて動くのが難しかった」というものが挙げられる。これらから、生徒たちは隊列を組みながら他者とスピードを合わせて泳ぐことの難しさや、陸での動く感覚と水中での感覚のギャップに対する難しさ、水中で動きのタイミングを合わせることの難しさを感じていたと考えられる。

このことについて、⑤「時間」、「発表」の語句のつながりに着目する。「ダンスの練習時間や水中での実践の時間が短かった」という生徒の記述のように、今まで経験したことがない水中での動きに慣れるまでの時間的猶予が確保できていなかったことにより、生徒が難しさを感じてしまったと考える。

その他にも、⑥「来年」、「普通」の語句のつながりからは、「今年は普通に泳ぐ授業ではなくて、自分で新しい泳ぎを生み出したり、水中でダンスをしたりした。今までやったことのないことだったから難しかったけど意外と楽しかった。来年はタイムを計ったりもしたい。」というように、特に水泳が得意な生徒は、本研究における水泳の授業を楽しむことができたとしつつも、「競技」としての水泳を楽しみたいと考えていることが窺えた。

## 6-2) 水泳が好きではない、得意ではない生徒へのインタビュー調査の考察

事前調査において、「水泳が好きではない」、「水泳が得意ではない」と回答した生徒6名を対象とし、半構造化インタビューを実施した。インタビューした内容を質的なデータとして分析し、水泳の愛好度や有能感が低い生徒たちが、本研究における授業を通してどのような印象を抱いたかについて迫る。いずれの対象者にも、インタビュー調査に先立ち、調査目的やプライバシーの保護に関する説明を十分に行い、調査内容の音声記録に関する許可を得た上で調査を実施した。調査対象者の事

対象者	性	水泳が好きである		水泳が得意である	
		事前調査	事後調査	事前調査	事後調査
A	女	①	③	①	②
B	女	①	②	①	①
C	女	①	①	①	①
D	男	①	①	①	①
E	男	①	③	①	②
F	男	①	②	①	①

※③当てはまる, ②どちらでもない, ①当てはまらない

図7 調査対象者について

前調査, 事後調査の回答内容に関しては, 図7に示す通りである。対象者には, 昨年度と今年度の授業における違い, どのようなところを良いと感じ, どのようなところを難しい, 困難だと感じたかを対象者に聞いた。なお, Iはインタビュアーである筆者の言葉を示している。

○泳ぎが苦手な故に感じる恐怖感や罪悪感がないことによる安心感について

I: 昨年までの授業とは違う形式での授業だったけどどのように思った?  
 A: 楽しかったです。私、水泳が嫌いっていうのが、普通に泳ぐやつ(順番に25mを泳ぐ形式)だと、後ろから迫られる、抜かれる、それこそ後ろが上手な人とかだと抜かれたり、スピードを合わせてくれたりするのがすごく申し訳ない気持ちがあって、あんまり(水泳が)好きではないんです。

対象者A以外にも, 対象者Bは「毎年授業のはじめに(ウォーミングアップで)クロールと平泳ぎを泳ぐのが, 今年歩いても良いということだったので, それがとても気持ちが楽だった。」と述べている。また, 対象者Cは「いつもの授業だと, クロールとか泳ぐだけで, 順番に泳ぐと追いつかれたりする。でもダンスだったら, みんなそんなに差が無いじゃないですか。だからそれが良かった。」と述べている。さらに, 対象者Fは「クロールでも泳げない人は足ついたままクロールをやっているように見せれば良いというところは, 自分の中でもだいぶ救いになった。」と述べている。

昨年度の水泳の授業では, クロールと平泳ぎで25mをそれぞれ1本ずつゆったり泳ぐという活動をウォーミングアップとしていた。対象者A, Cの語りから, 特に水泳が苦手な生徒は, 順番が後ろの人に「迫られている」という恐怖感や, 「迷惑をかけてしまっている」という罪悪感が生じ, 水泳が嫌いという感情につながることが理解できる。本研究における水泳の授業では昨年度のように最初に25mを「泳ぐ」ウォーミングアップの活動は行わず, 体操とシャワー後に活動1を行うという

授業展開であった。さらに, 授業で提示した問いは, 泳ぐスピードを問わない内容のものである。このことが, 特に水泳が苦手な生徒が感じている, 後ろから迫られている意識や自分が迷惑をかけているという意識の軽減に繋がったのではないかと考えられる。

また, 通常泳ぐことは, プールの底に足をつくことはない。プールの底に足をつくことは見ている人からすると「上手く息継ぎができなくなった」や, 「推進力がなくなった」, 「何かトラブルがあった」というように見えてしまい, 泳ぎが苦手な人をプールの中で目立たせる行為の一つとしても捉えることができよう。しかし, 本研究における単元前半の授業では, 「どのように泳ぐか」ではなく「どのように移動するか」という言葉を用いて授業を展開していた。そして, プールの底を蹴って(利用して)移動する方法も肯定的に捉えていた。そのことが, 対象者B, Fが述べているように, 活動する際の安心感に繋がっているのではないかと考えられる。

○他者との関わり方の質の違いについて

I: 昨年までの授業とは違う形式での授業だったけどどのように思った?  
 B: 楽しかったです。友達と一緒にこうしてみようとか, 一緒に教え合いができたので。(中略)  
 I: 昨年までの授業でも友達と一緒に教え合ったりする場面はあった?  
 B: あったけど, 泳ぐのが嫌って気持ちが大きかった。  
 I: 今回の授業で, どのようなところが良かった?  
 B: 自分たちで考えて色々できたっていうのがすごく良かったなって思います。

水泳の授業における他者との関わりは, 上手に泳ぐための動きのコツや感覚を教え合い, 速く効率的な泳ぎを習得しようとするものが多い。そのような教え合いの場面でよく見られるのは, 泳ぐことが得意な生徒が泳ぐことが苦手な生徒に教えるという場面である。もちろん水泳が苦手な生徒同士がお互いの動きを観察する場面もある。しかし, 水泳の苦手な生徒は「そもそも正解の動きが分からない」や「どのように改善点などを伝えてあげればよいか分からない」といった理由から, 教え合いの活動で積極的に自分の意見を発言することが難しい。

対象者B以外にも, 対象者Dと対象者Eは他者との関わりについて言及している。対象者Dは授業の良かった点として, 「友達と楽しく同じ事ができる」と述べている。さらに, 対象者Eは「(水泳の授業は) ずっと一人ですものなのかなーみたいな, なんかさみしいなーと思っていたんですけど, みんなで話したり, 円を作ったりして, みんなでできる, めっちゃ楽しいってなりました。(中略)。みんなと協力して形作ってとか, 会話が



多くて楽しかった」と述べている。

本研究における授業では、単元前半では多様な移動の仕方を考えることが活動の中心であった。その中での特徴的な生徒の関わりとして、第3時の活動における一場面を取り上げる。横一列で隊列を組みながら同じスピードで泳ぐことに挑戦したグループのある生徒が「(水泳が苦手な)〇〇君のスピードに合わせて泳ごう」と発言した。その発言をもとに、より美しく隊列を組んで泳ぐためには、特に苦手な人に自分の動きを合わせる必要があると気づくことができた。さらに、泳ぎの得意な生徒が「スピードを調節しながら泳ぐことは難しい」という発言をしていた。このことから、水泳の苦手な生徒の存在がグループの動きや、得意な人に新たな気づきを与えることに寄与していたことが窺えた。

また、単元後半ではリズムに合わせて他者と動きを合わせていくことが活動の中心であった。ここでは、他者と共に動きを創作していくことが求められ、そのため、グループ内での関わり、対話が重要になる。実際の活動場面においても、「このタイミングでこんな動きをしてみよう」や「この動きは難しいからもっと簡単な動きにしよう」などという対話は多く見られた。また、対象者B、D、Eの語りからも、水泳が得意な生徒だけではなく、水泳が苦手な生徒も積極的に関わりながら活動に取り組むことができていたことが窺える。

以上のことから、本研究の授業実践においては、得意な生徒が苦手な生徒を教えるという関わりだけではなく、苦手な生徒の存在が得意な生徒に気づきを与えていたことや、得意な生徒と苦手な生徒が対等な関係性で関わりながら、一緒により良い動きを求めていっていたということが分かった。

## 7. まとめと今後の課題

本研究では、水中での多様な移動の仕方を試行錯誤する活動や、ダンススイミングを取り入れた活動を通して、水泳が苦手な生徒も楽しむことができる授業を実践し、その効果を検証した。本研究より明らかとなったことは以下の2点である。

1点目、事前調査と事後調査における水泳の授業に対する愛好度と運動有能感を比較したところ、どちらの項目においても、有意に高まったことが明らかとなった。事後調査における生徒の感想をテキストマイニングツールによって分析すると、どのように班の動きを“魅せる”かについて考えることや、今まで経験したことがない水中での移動の仕方やダンススイミングの動きや技に挑戦することなどを楽しんでいたことが分かった。そして、生徒たちは隊列を組みながら他者とスピードを合わせて泳ぐことの難しさや、陸での動く感覚と水中で

の感覚のギャップに対する難しさ、水中で動きのタイミングを合わせることの難しさなどを感じていたことが分かった。

2点目、事前調査において水泳が好きではなく、得意ではないと回答した生徒へのインタビュー調査から、授業に安心して参加できたことや、他者と対等な関係と一緒に動きを考えていくことができたことが、本研究における授業の良さとして挙げられた。

西(2010)は、個の多様性を受容した先の平等感に立脚して、学習の創造的な営みが出発すること、一人ひとりの存在を尊重する立場で“多様性”とどう向き合うか、多様であることを個の成長に活かすために“創造性”をいかに発揮するかを、身体を通して試行錯誤するプロセスに学びの焦点をあてることがインクルーシブ体育を考える上で重要であると指摘している。本研究における授業実践では、昨年度と異なり、全ての生徒がより対等な関係性で関わり合うことができていたと感じる。また、水泳は個人で行う運動という意識から、他者で行うことができる運動という意識に変化し、水泳が楽しかったと回答した生徒もいた。これらの点においては、新たな水泳の授業のあり方として価値があるのではないかと考えられる。

今後の課題としては以下の2点である。1点目、単元の授業数を見直す必要性である。特に単元後半の授業において、練習時間や水中での実践の時間が短かったという生徒の感想があるように、授業の時間数を増やす必要性があると考えられる。2点目は、水泳の技能の向上にどの程度寄与するかを検証することである。今回の授業を通して、水泳の有能感は有意に高まったものの、まだまだ水泳の有能感が低い生徒は多く存在している。やはり、生徒の有能感をより高めていくためにも、活動の楽しさと、泳ぐことができるようになることを両立させて授業を構成する必要があると考える。従って、毎時間提示する課題の整理をすること、活動内容の再検討をする必要があると考える。以上のことを踏まえながら、引き続き授業改善、授業実践に取り組みたい。

### <引用・参考文献>

- 1) 梅澤秋久(2020)。「Education 2030から考える「共生体育」のビジョン」 体育科教育 68 pp.20-24.大修館書店
- 2) 松田雅彦(2016)。「生涯スポーツにつなぐ水泳授業を構想する」 体育科教育 64 pp.16-19. 大修館書店
- 3) 西洋子(2010)。「いまこそ共に生きていく「インクルーシブ体育」の表現を」 体育科教育 58 pp.44-47. 大修館書店
- 4) 日本ダンススイミング協会ホームページ <http://www.j-dsa.jp/> (2022年7月閲覧)