

令和2年7月13日(月)

# 着衣水泳

7月13(月)の5校時に5年生は、着衣水泳を実施しました。例年、水泳学習の最後に計画しています。衣服を着たまま水中に入った時の感覚を体験し、着衣したまま泳いだり浮いたりする方法を学ぶものです。授業ではまず、プールに投げ入れられたロープ付きの浮き輪につかまる練習をしました。次に力を抜いてラッコみたいに仰向けに浮いて泳ぐ練習をしたり、空気の入ったペットボトルで首の後ろを支えて浮く練習をしたりしました。時々着ている服に空気を入れて浮く工夫をしている子どももいました。「大切なことはできるだけ長い間水中に浮いて、救助されるための時間をかせぐことです。」と、先生からのアドバイスがありました。これから夏になり、海や川で泳ぐ機会も多くなります。水難事故は決しておこしてはいけませんが、万が一水難事故に遭った場合は、着衣水泳で学んだことを生かしていきましょう。



ロープ付きの浮き輪につかまる



ペットボトルの使い方を説明



ペットボトルで頭を支える



着衣水泳で大切なことを説明

