

8/29(水)平泳ぎのコツを教わりました！



5時間目の水泳の時間、地域体育講師として、B&C代表者の先生が来てください。5年生のみなさんに泳ぎ方のコツを教えてくださいました。

水慣れの後、さっそく開始。まずは、プールの横を使いながら、手のかき、けのび、クロール、平泳ぎの手のかきの練習を行いました。

続けて、この時間のメインである『平泳ぎの足』について学習。

どうしても『あおり足』になってしまふことに悩みをもっていた人も、地域講師の先生の指導によって、徐々に改善されていく様子が見られました。

個人練習や友達との協力練習を通して、「かえる足」で泳ぐことができるようになってきました。指導を吸収する5年生のみなさんの力ってすごいですね。前日には『5m』泳ぐことで精一杯だった人が、なんとこの時間のおしまいには『25m』泳ぎ切ることができました。すばらしい！

今後、8/30(木)と9/6(木)にも指導していただけるとのこと。「できなかったことが、できるようになる嬉しさ」を感じると共に、自分がつかんだコツを友達に伝える楽しさを味わうことができるといいですね。