

# 「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

京都市教育委員会

はじめに .....	1
<b>1 安全な水泳指導の進め方</b> —計画から実施までのフロー図— .....	2
<b>2 水泳指導の体制づくり</b>	
(1) 水泳指導委員会の設置 .....	3
(2) プール安全衛生管理委員会の設置 .....	4
<b>3 水泳指導の安全管理の徹底</b>	
(1) 児童の健康管理 .....	6
(2) 授業等における適切な水位の設定 .....	10
(3) 適切な水温管理について .....	12
(4) 熱中症対策について .....	13
(5) 授業等における監視について .....	14
(6) ビート板の使用上の注意 .....	16
(7) 注意を要する児童に対して .....	17
<b>4 プール施設の安全・衛生管理</b>	
(1) プールの管理・点検 .....	18
(2) 排水口の管理・点検 .....	20
(3) 水質管理 .....	22
<b>5 水泳指導計画の作成</b>	
(1) 水泳指導の目標 .....	25
(2) 年間指導計画の作成 .....	27
(3) 水泳指導実施要項の作成 .....	30
<b>6 緊急時対応マニュアルの作成</b>	
(1) 各校における緊急時対応マニュアルの作成 .....	32
(2) 救急搬送・心肺蘇生について学ぶ .....	33
<b>7 教職員研修の実施</b>	
(1) 校内研修の実施 .....	34
(2) 教職員ミーティングの実施 .....	35

## 8 安全な水泳指導の実施

(1) 適切な準備運動の実施 .....	36
(2) 人員点呼, バディシステムについて .....	37
(3) 水泳時間と休憩の取り方 .....	37
(4) 事故防止にあたっての留意事項 .....	38

### (参 考)

・ 学校プール安全管理組織体制の例 .....	39
・ プール指導・管理日誌の様式例 .....	40
・ 健康チェックカードの様式例 .....	42
・ 緊急時の対応マニュアルの例 (掲示用) .....	43
・ 緊急時の対応マニュアルの例 (研修用) .....	44
・ 水泳指導実施要項の例 .....	45
・ 京都市学童水泳能力基準表 .....	52

## はじめに

平成24年7月、本市立小学校のプールにおける夏休みの水泳指導中に発生した1年生女子児童死亡事故の重大性をふまえ、子どもたちにとって安全であるべき学校において、二度と事故を発生させることがないように、小学校プールにおける水泳指導の安全管理の徹底を図るための手引書を平成25年3月に策定した。

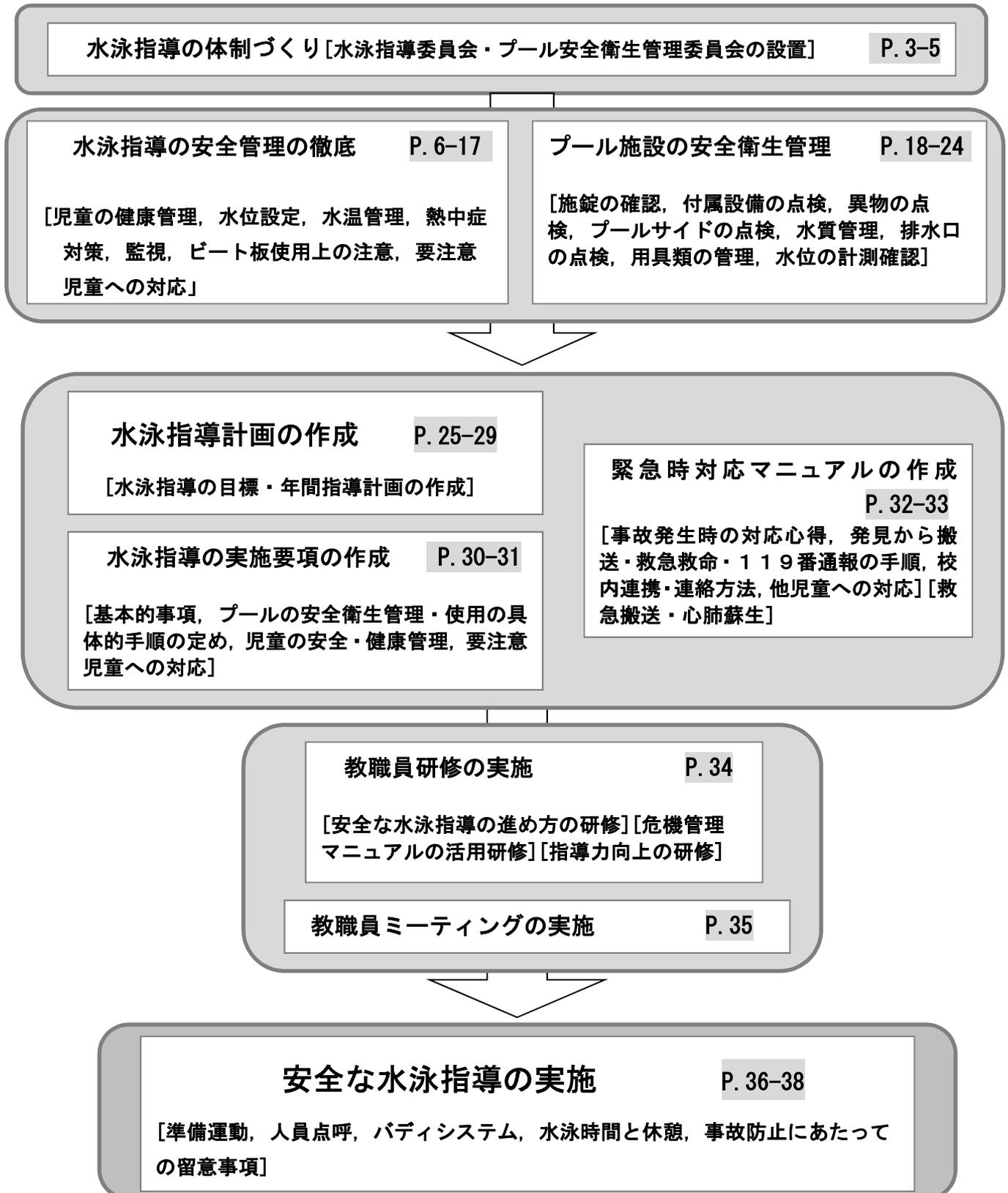
手引書の策定後、各学校において、授業における水泳の学習指導や夏季休業期間中の水泳指導などの充実を図るため、手引書の各事項について、教職員間で共通理解を徹底するなど、計画的・組織的に取り組み、すべての子どもたちが水泳指導の目的を安心して享受できる、安全な水泳指導に取り組んできたところである。

このような中、令和2年度から全面実施となる新学習指導要領に対応するとともに、近年の夏期における急激な気温の上昇もふまえ、子どもたちの安全をより一層確保し、充実した水泳指導を展開するため、本指針を改訂することとした。

学校を子どもにとってより一層安全な場所とするために、一人一人の教職員が、日々の実践の中で、子どもたちの生命を守るという使命を深く自覚し、不断に、そして真摯に努力していかなければならない。すべての教職員、学校関係者が、学校において再び子どもの尊い生命を奪う事故を絶対に発生させない強い決意の下、万全の体制で臨むことを改めて求めるものである。

# 1 安全な水泳指導の進め方

## 【計画から実施までのフロー図】



## 2 水泳指導の体制づくり

教職員が指導計画や指導上の課題などを共有し合い、連携・協力して組織的に取り組むために、「水泳指導委員会」を設けることが望ましい。

また、すべての教職員がプールの衛生管理や維持、安全管理の重要性を理解した上で、プールを活用できるようにするために、「プール安全衛生管理委員会」を置くことも必要である。

なお、学校規模によっては両者を一体の組織として設置・運営するなどの工夫も必要である。

<※P.39（参考）「学校プール安全管理組織体制の例」参照>

### (1) 水泳指導委員会の設置

各学年の指導者や養護教諭、体育主任などが役割を分担して、児童の実態やプールの状態などをふまえ、主に次のような内容について情報を交換し合い、課題を共有して、組織的に水泳指導に取り組めるようにするための組織である。

#### 【水泳指導委員会の主な役割の例】

##### ① 基本方針に関わる事項

- 水泳指導の基本方針，重点的な取組内容，留意事項について。

##### ② 安全管理に関わる事項

- 水泳指導中の事故防止についての注意事項。
- 要注意児童についての情報共有，対応内容。
- 気温や水温，天候状態などの環境条件について。

##### ③ 指導体制に関わる事項

- 各学年の指導体制，指導者・監視者の役割内容について。
- 教職員の役割分担，連携方法などについて。

#### ④ プール利用に関わる事項

- 水泳指導に向けた準備・点検作業のスケジュールについて。
- 水泳指導日のプール利用の手順，附属設備の使用方法・注意事項について。

#### ⑤ 健康管理に関わる事項

- 健康チェックカードによる点検，当日の健康観察の方法などについて。

#### ⑥ 指導方法に関わる事項

- 休憩時間の取り方，時間配分など水泳指導の方法などについて。

#### ⑦ 緊急時対応に関わる事項

- 緊急時の対応マニュアルの作成・点検，役割分担の決定などについて。

## (2) プール安全衛生管理委員会の設置

プールは，学校医や学校薬剤師などとも連携して，日頃から教職員が安全・衛生管理を分担し，組織的・計画的に良好な施設条件の維持に努めることが必要である。

こうした安全衛生管理委員会の主な役割として次のような内容が考えられる。

### 【プール安全衛生管理委員会の主な役割の例】

#### ① 管理組織に関わる事項

- プールの安全管理責任者，日常的な点検責任者，プール当番の役割・留意点について。

## ② 施設管理の基本に関わる事項

- プールの構造や附属設備の機能，操作方法などについて。

## ③ 安全点検に関わる事項

- プール水槽・プールサイドの危険箇所・危険物などの点検内容・方法について。
- 腰洗い槽やシャワーなどの安全・衛生管理の点検内容・方法について。

## ④ 水位設定に関わる事項

- プール水の給排水による水位設定のスケジュール，水位調整について。

## ⑤ プール日誌に関わる事項

- プール管理・指導日誌の様式，記入上の留意事項について。

## ⑥ 水質管理に関わる事項

- 残留塩素濃度などの水質検査について。
- 薬剤の使用法の決まりごと，薬剤使用の報告について。

### 3 水泳指導の安全管理の徹底

#### (1) 児童の健康管理

水中での運動は、体力を消耗する全身運動となり、児童の体調によって、呼吸困難やけいれんを引き起こすなど、事故につながる要因が常に潜んでいると考えなければならない。

また、水泳指導によって感染症を含む疾病が悪化したり、疾病が蔓延することがないように、十分に注意することも必要である。

このため、健康診断や日頃の健康観察を通じて、児童一人一人の健康状態を把握し、必要に応じて学校医や主治医と相談の上、水泳指導の可否や指導上の制約条件などをあらかじめ判断しておくことが必要である。

この際、保護者・本人に対しても健康状態や運動上の留意点などを正しく理解させるように努めることも大切である。

※また、個人情報の取り扱いについては十分留意すること。

#### ① 定期健康診断の結果の活用

年度当初に実施される健康診断の結果を活用し、病状によっては水泳の可否等を主治医に確認してもらうなど、保護者の協力を得て、受診を勧め、受診結果を把握しておかなければならない。

#### ② 学級担任による健康観察

学級担任は、本人の訴えや周囲の指摘、授業中の変調の様子など、児童の健康上の不調を早期に発見し、気になる様子が見られるような場合は、養護教諭などと連携し、適切に対応しなければならない。

#### ③ 保健室での健康情報の活用

保健室の健康診断票、精密検査結果、保健調査票、けがや病気の記録など、児童の健康に関する資料を活用し、職員会議などで健康に注意が必要な児童の情報を他の教職員に伝え、共通理解を図ることが大切である。

#### ④ 水泳前の健康管理と指導

水泳指導に参加するために必要な児童の身体の清潔、衛生管理に関わる次のような注意事項について、児童・保護者に正確に伝えることが必要である。

##### 【注意事項の例】

- 十分な睡眠をとった後、当日の朝は早めに起床し、朝食を食べ、排便してから登校すること。
- 耳垢の掃除と爪切りに気を配り、水虫などの感染性のある皮膚病は治療すること。
- 水着や水泳帽は身体に合ったものとし、金具などは使用しないこと。

##### 【紫外線対策について】

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」（平成 28 年度改訂 公益財団法人日本学校保健会）を参考に、各校において、保護者と十分に連携し、耐水性の日焼け止めクリームや長袖水着（ラッシュガード）等により、対策を講じることが必要である。

#### ⑤ 健康チェックカードの活用

当日の健康状態を正確に把握するための「健康チェックカード」を作成し、異常の見られる児童を水泳指導に参加させないように十分に注意することが必要である。

「健康チェックカード」には、概ね次のような事項を記載することが望ましい。

##### 【健康チェックカードの主な項目】

- 朝食の有無・時間
- 排便・下痢の有無
- 腹痛・頭痛の有無
- 現在の体調（せき・鼻水・吐き気・めまい ・心臓のドキドキ  
・胸の痛み・足のむくみ・手足の痛み）
- 体温
- 睡眠時間
- 保護者の確認

<※P.42 （参考）「健康チェックカードの様式例」参照>

## ⑥ 入水時の指導内容と注意事項

### <腰洗い槽の使い方>

- 腰の下の部分が十分に浸かるようにさせる。

### <シャワーの使い方>

- 足に当ててから、次いで下半身から上半身へ水を十分に注ぐように洗う。
- 手先から肩まで、さらに水泳帽を取って頭を十分に洗う。
- 最後に全身に水が当たるように洗う。

### <プールへの入水時>

- 入水前に準備運動・ストレッチを入念に行うこと。
- 身体を水に慣らすための時間（水慣れ）を取ること。  
※入水後は急に激しい運動をしないようにさせ、徐々に心肺機能を高める緩やかな運動を行わせること。
- 最初の入水の際には、体の端のほうから徐々に中心部分へ向かって濡らしていく。  
※「両脚 → 両腕 → 顔 → 頭 → 背中 → 腹・胸」の順で水に慣らしていく。
- 全身が水に濡れたところで、水に背を向け、足先からゆっくりプールに入る。
- 最後に一度、顔を含めて、全身を水に沈めることが必要である。

## ⑦ 水泳中の健康観察

水泳中の児童一人一人の様子を注視し、子どもの様子に異変はないか、顔色や唇の色、せきやくしゃみの有無などを確認することが必要である。

- 健康状態の観察方法は、校内であらかじめ共通ルールを決めておき、連携して取り組むこと。
- 健康観察の結果は、そのつど報告・確認し合うように注意すること。
- 万が一の場合の中止や見学などの判断・指示は、迅速にしなければならない。

プール内では、気温の変化や時間の経過、運動量、水温などによって体調が急に变化する場合があることに留意し、入水直後の変化や、水泳学習中の顔色や動作、唇の色、鳥肌が立っていないか、寒がっていないかなど、常に注意し、少しでも不調が感じられた場合は、速やかに水泳学習を中止させ、着替えさせるなど、迅速・適切に措置しなければならない。

## ⑧ 休憩時の注意事項

- 全身の水を拭き取ること。
- 健康観察を実施すること。
- 気温が低い場合は、衣類等を着用させ、保温すること。

## ⑨ 水泳後の健康観察

- 頭痛・発熱・悪寒等がないか。
- 耳鼻咽喉等に異常がないか。
- 無力感・脱力感等がないか。
- 擦り傷、切り傷等がないか。

## (2) 授業等における適切な水位の設定

水泳指導にあたっては、教職員の共通理解の下、給排水による水位調整の準則を定め、学年に応じた適切な水位設定を行い、すべての児童が安全に学べるようにしなければならない。

水位が児童の顔が出る状態であっても（いわゆる「背が立つ」状態）、転倒した場合や衝撃を受けた場合等にはパニックに陥り、水が肺に入り、呼吸が困難となる恐れがある。このため、水位の設定は生命に関わる重要な事項であることを全教職員が十分に認識し、主に次の点に留意して水位を設定することが必要である。

### 【水位設定の基本】

#### ① 組織的な水位管理の徹底

- 水位は、管理職を中心に教職員が情報やルールを共有して、計画的・組織的に管理すること。

#### ② 水位設定の基準

- 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こと。
- 水位の目安としては、多くの児童のへそから胸の辺りに水面が来るように設定し、すべての児童の両肩が水面から出るラインを上限とすること。

### 【主な留意事項】

- ① プールをコースロープ等によって区域割りし、身長の高い児童が深い場所へ行かないようにすることで、体格差のある児童が同時に遊泳できるように水位設定を行うことも考えられる。
- ② 標準的な学校のプールには、底面に排水用の傾斜が設けられており、浅いところと深いところの水深の差が20cm以上ある構造のプールが多く、同じプールの中でも場所によって大きな水位差があることを教職員は共通理解し、日頃から児童にも注意を促しておくことが必要である。
- ③ 各校においては、上記「水位設定の基本」を基に、あらかじめ低・中・高・学年別などの客観的な水位（cm）を定めておくことが必要である。

- ④ 客観的な水位の設定や確認が行いやすいようにするため、プール側面に水位表示の見やすい目盛を設けておくことや、水位を測定する器具を配置して、最深部・最浅部の測定記録をプール日誌に記録しておくことも大切である。
  
- ⑤ 水位変更のための給排水は、児童の遊泳中に行うと、最深部にある排水口への身体の吸着や急激な水温変化を引き起こすなど、危険性を伴うものであるため、必ず水泳指導の前に行っておく必要がある。
  
- ⑥ 夏季休業期間中の水泳指導においては、1年生から6年生までの学年を複数班に編成して、例えば「低学年」「中学年」「高学年」に分けて、別々の日程で指導することが多いが、複数学年がプールを同時に使用する場合には、「小学校の水泳指導における安全管理指針－夏季休業期間中の取組を中心に－」の「3 安全管理上の注意事項」を徹底し、安全な水泳指導を実施していかなければならない。

### (3) 適切な水温管理について

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ある。

また、水泳指導中はプールに温度計を備えて、いつでも水温が計測できるようにしておくことが必要である。

教職員は、外気温や日照時間、風等によって水温が変化することにも注意し、水温が水泳指導に適しているかを臨機応変に判断し、適切に対応できるようにしておくことが必要である。

なお、水温設定については文部科学省によって次のような目安が示されており、各校での水温管理において活用されたい。

#### 【水温設定の基準】

- 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。
- (「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 文部科学省)

#### (4) 熱中症対策について

近年、気候変動などにより、暑熱環境が悪化し、熱中症事故の防止等、生徒の安全確保に向けた取組を強化することが必要である。

熱中症予防対策の検討については、環境要因、運動要因、主体（人体）要因への対策が必要となるとともに、水中及びプールサイドそれぞれの活動への対策が求められる。

以下のような留意事項に注意し、安全な水泳授業の実施が必要である。

##### 【水中での活動における主な留意事項】

- 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しましょう。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です。中性水温以下であれば、水が体を冷やしてくれますので、水中運動は陸上運動より体温は上がりにくいです。
- 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しましょう。
- 口腔内が水で濡れるため、のどの渇きを感じにくくなりますが、適切な水分補給を行いましょ

（「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 独立行政法人日本スポーツ振興センター）

##### 【プールサイドでの活動における主な留意事項】

- 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、活動内容を工夫しましょう。
- 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しましょう
- 冷たいタオルや団扇の用意、衣服（短パン・Tシャツ）の工夫により体を冷やしましょう。また、施設床面が高温になるので、サンダルを履きましょう。

（「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 独立行政法人日本スポーツ振興センター）

水泳授業の運営において、「水泳指導実施要項」を作成する際には、熱中症対策にかかる指針についても P.45～51 に記載されている例を基に、各校における諸条件を踏まえたうえ、記載することが望ましい。

## (5) 授業等における監視について

教職員は、プールでの水泳指導には事故の危険性が潜んでいることを常に意識し、児童の健康状態や顔色や様子、身体の動き、危険な行動などを注視し、わずかな異常も見逃すことのないよう、適切な観察を怠らないことが必要である。

とくに、注意を要する児童が入水する場合には、教職員を増員するなど、安全管理を徹底することが大切である。

### 【監視の基本】

#### ① 確実な監視のできる方法の選択

- 授業や部活動においては、個別指導・グループ指導等の方法によって、同時に遊泳する人数を制限するなど、児童一人一人を常時確実に監視できるような方法で実施すること。  
常に水泳中の児童を見渡し、監視を怠らないことが重要である。

#### ② 巡回監視，声を出しての安全点検

- 教職員は、適宜プールサイドから巡回監視し、一人一人の様子に常に注意を払い、バディシステムによる人員点呼や大きな声を出しての点検・確認などを行いながら指導に当たること。
- 指導中は、教職員が全員入水して指導することのないようにすること。

#### ③ 注意を要する児童の監視

- 常に付き添いの必要な、注意を要する児童（※）が遊泳する場合には、全体を担当する教職員とは別に、必ず当該児童を担当する教職員を決めて、当該児童の傍を常に離れることなく監視に当たること。  
（※「注意を要する児童」＝障害のある児童や、健康診断によって、心臓病や腎臓病、呼吸器疾患などの病状に応じた運動の質・量が制約される児童など、水泳指導において注意を要する児童。）

## 【主な留意事項】

- ① 教職員は、全員水着を着用し、常にホイッスルを携帯すること。
- ② メガフォンやAEDなどの救命助道具・救急用具、連絡用機器などをプールサイドの所定の位置に配置しておくこと。  
但し、プールサイドに配置できないものがある場合、また物品によって配置場所の異なるものがある場合は、配置場所を明確にし、教職員全員が情報を共有して、速やかに任にあたる必要があることである。
- ③ 教職員は、プール水面の全体及び水中・水底までを見渡し、一人一人の児童の様子を目視して、プールの安全確認を行いながら指導すること。
- ④ 静止した状態の者や水中に潜ったままの者、うつ伏せになったままの者がいないかを常に注意し、少しでも異常を感じた場合は、躊躇することなく速やかにホイッスルで他の教職員に知らせるとともに、当該児童の近くに行き、現状を正確に確認すること。
- ⑤ 異常を発見した場合は、プールサイドを移動して、該当者に最も近いところでプール内に入水すること。
- ⑥ 水面の光の反射や波紋などによって、水中や水底への視野が妨げられる場合は、監視位置を移動するなど、常にプール内の児童一人一人を目視できる位置や視点を確保して監視に当たること。  
(但し、監視位置は、原則として固定位置を決めておくことが望ましい。)
- ⑦ プール底面の傾斜に注意し、低学年や身長の高くない児童が、水深の浅い場所から深い場所に移動する動きや、最深部となる排水口付近の様子なども注視すること。
- ⑧ プール内にビート板などの補助用具がある場合には、これら用具の下や用具と用具の間、プールサイドと用具のすき間などを注視し、また必要に応じてプールサイドの近くでしゃがんで視線を下げ、異常がないかを確認すること。
- ⑨ プール内やプールサイドにおいて危険な行為を発見した場合は、速やかに注意・指導を行い、危険行為をすぐに中止させること。
- ⑩ 夏季休業期間中の水泳指導においては、「小学校の水泳指導における安全管理指針－夏季休業期間中の取組を中心に－」の「3 安全管理上の注意事項」を厳しく守り、指導者とは別に「監視者」を定め、監視台からの常時監視を行うなど、充実した監視体制の下で、安全な水泳指導を実施していかなければならない。

## (6) ビート板の使用上の注意

ビート板などの水泳補助のための様々な用具は、適切に使用することによって、低学年や水に慣れない児童が、水泳学習に楽しさを感じたり、抵抗なく水に入れたりするなど、効果的な学習を進める上で大切な役割を果たすものである。

しかしながら、大型ビート板は、使用方法を誤ると重大な事故につながる恐れがあり、使用目的・枚数などを明確にして使用するとともに、使用方法には十分な注意が必要である。

### 【ビート板使用の基本】

- ① ビート板などの補助具は、使用上の注意事項と危険性を教職員間で共通理解しておくこと。
- ② ビート板の使用枚数は、必要最小限を基本とすること。
- ③ ビート板の種類によって使用学年を限ることや、子どもたちにビート板の使用上の注意事項と危険性を伝えるなど、安全管理に十分に注意すること。
- ④ 大型ビート板については、使用目的に応じた明確な教育効果が見込まれ、安全かつ計画的に使用できる場合を除いて、その使用を控えること。

### 【主な留意事項】

- ① 大型ビート板のそばで泳いだり潜ったりすると、不意にビート板が身体の上に覆いかぶさる危険性があるので、大型ビート板の近くでは十分に注意するよう指導すること。
- ② 大型ビート板の下に潜り込むと、ビート板を持ち上げられず、またビート板に身体が貼りつき脱出が困難になる恐れがあるため、潜り込まないように指導すること。
- ③ 大型ビート板の上に立ち上がると、転倒して他の児童と衝突したり、プールサイドに激突する危険性もあり、ビート板の上には立ち上がらないよう指導すること。
- ④ 複数の大型ビート板を近づけて浮かべると、ビート板の陰になる面積が大きくなり、監視の目が届かなくなる恐れや、児童が潜り込む危険性が増大するので、大型ビート板どうしを近づけないように注意すること。

## (7) 注意を要する児童に対して

障害のある児童や、健康診断によって、心臓病や腎臓病、呼吸器疾患などの病状に応じた運動の質・量が制約される児童など、水泳指導において注意を要する児童については、保護者と相談の上、主に次のような指導に当たっての配慮方法について十分に考慮することが必要である。

### 【基本的な事項】

- ① 水泳キャップを目立つ色にしたり、水泳キャップに目印になるものを付けたりすることで、指導中の見落としがないようにすること。
- ② 体格や泳力に応じて水泳用ヘルパーなどの補助具を付けさせるなど、安全に活動できるように注意すること。  
(※補助具の装着方法や使用方法には十分注意すること。)
- ③ 低水位の場所や低水位の日時に活動を限定するなど、監視の目が十分に行き届くようにすること。
- ④ 常に付き添いの必要な児童に対しては、全体を指導する教職員、及び監視する教職員とは別に、注意を要する児童を担当する教職員を決めて、教職員がそばを離れることなく指導に当たるようにすること。

### 【主な留意事項】

- ① 注意を要する児童に対しては、全教職員が情報を共有し、水泳指導の前に参加状況を確認し、必ず水泳指導の前後、水泳中も、しっかりとした健康観察を行った上で指導することが必要である。
- ② 指導に当たっては、保護者、養護教諭、学校医等との連携を密にして対応することが大切である。

## 4 プール施設の安全・衛生管理

### (1) プールの管理・点検

学校プールの多くは、屋外型で日照や風雨などの影響を受けており、点検・修繕を欠かすことができない施設である。また、河川などと異なり、自然の浄化作用のない閉鎖された場所であるため、感染症の伝播しやすい条件にあるなど、ろ過装置を適正に使用しつつ、塩素剤による消毒を行わなければならない施設である。

各学校においては、日頃からプールの点検を行い、安全・健康な水泳学習のために、主に次のような点を中心に、良好な学習環境を維持するように努めることが大切である。

#### 【プールの管理・点検事項】

##### ① 施錠の確認

- プール出入口の鍵の開閉や機械室の施錠の確認。

##### ② 附属設備の点検

- 更衣室（使用する前後）やシャワー、腰洗い槽の衛生状態や破損箇所、ろ過装置の運転状態などの点検。

##### ③ 異物の点検

- プール内の浮遊物や沈下物などの有無の点検（プール内に入水して水中も確認）。

##### ④ プールサイドの点検

- プールサイドの破損状況や滑りやすい場所がないかなど、危険性の有無の点検。

#### ⑤ 水質の管理

- 遊離残留塩素濃度や水素イオン濃度などの水質検査や、薬剤の投入による水質の管理。

#### ⑥ 排水口の点検

- ネジの緩みなども含め、排水口の蓋の固定状態の点検（目視・触診・打診による）。

#### ⑦ 用具類の管理

- コースロープやビート板などの用具の、教職員による適切な保管・管理。必要以上にプールサイドに置かない。

#### ⑧ 水位の計測・確認

- 水位を正しく計測し、最深部・最浅部の客観的なデータを確認すること。

これらについては、水泳指導に関わる教職員が分担し、プール指導・管理日誌に記録するとともに、当日の指導者は日誌に記載された情報を共有、点検・確認した上でプールを利用することが重要である。

### 【監視台の設置・活用】

多くの児童が遊泳する夏季休業期間中の水泳指導においては、「小学校の水泳指導における安全管理指針－夏季休業期間中の取組を中心に－」の「3 安全管理上の注意事項」を徹底し、監視台を設置して、監視台からの常時監視を行い、安全な水泳指導を実施していかなければならない。

## (2) 排水口の管理・点検

プールの排水口や給水口、循環ろ過装置の環水口では、全国で過去に児童が吸い込まれて死亡する事故が発生しており、各学校では主に次のような点に留意し、日頃のきめ細かな安全点検が必要である。

点検の結果、蓋やネジ・ボルト等の破損・欠落等の異常が発見された場合は、ただちにプール使用を中止し、修理・交換し、安全な状態に整備することが必要である。

### 【排水口の管理・点検事項】

#### ① 蓋の固定の点検

- 排水口等の蓋が確実に固定されているか、固定しているネジ・ボルト等が緩んだり、腐食・変形・欠落・破損したりしていないかの点検。

#### ② 吸い込み防止金具の点検

- 排水口等に設置された、吸い込み防止金具等がしっかり固定されているか、腐食等の点検。

#### ③ すき間の点検

- 排水口の蓋等の穴やすき間が、児童の手足が引き込まれたり、指を挟んだりしないような、適切な大きさや形状を維持できているかの点検。

#### ④ 注意表示の確認

- 排水口等の位置を示す表示や、排水口等に触れることを禁止する児童への注意を行っているか、注意看板などを設定しているかの確認。

## 【排水口の点検方法】

- 点検に当たっては、目視だけでなく、触診・打診によって確実にを行い、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。
- 点検は、毎日のプール使用前後と使用中の定時ごとに行うこと。
- 点検は、プール指導・管理日誌を作成し、確実に行うとともに、点検結果を教職員に周知するために、職員室等に掲示すること。

過去の事故例では、重みのある蓋が浮力や水圧で動いたり、数人の児童が動かしたりした例があり、ネジ・ボルトでの固定が必須であるとともに、児童との接触や還流等による振動によって、また清掃時などにネジ・ボルトが緩んだり、破損したりすることや、経年劣化による腐食・破損などを想定して、日常的に点検しておかなければならない。

### (3) 水質管理

#### ① 学校環境衛生基準及び定期検査について

児童が安全に泳ぐためには、適切な水質管理が必要であり、下記の通りの「学校環境衛生基準」の定めを守り、安全な水質管理に努めなければならない。検査項目(1)～(6)については使用日の積算が30日以内ごとに1回、(7)については試用期間中の適切な時期に1回以上、(8)については毎学年1回定期的に、学校薬剤師に相談のうえ、検査を実施する必要がある。

#### <学校環境衛生基準>

検査項目	基準
(1) 遊離残留塩素	0.4 mg/L 以上であること。また、1.0 mg/L 以下であることが望ましい。
(2) H値	5.8以上8.6 以下であること。
(3) 大腸菌	検出されないこと。
(4) 一般細菌	1 mL 中 200 コロニー以下であること。
(5) 有機物等 (過マンガン酸カリウム消費量)	過マンガン酸カリウム消費量として 1.2 mg/L 以下であること。
(6) 濁度	2度以下であること。
(7) 総トリハロメタン	0.2 mg/L 以下であることが望ましい。
(8) 循環ろ過装置の処理水	循環ろ過装置の出口における濁度は、0.5度以下であること。0.1度以下であることが望ましい。

※原水については、飲料水の基準に適合するものであることが望ましい。

#### ② 汚染防止、浄化・消毒に当たって

プール水は、入泳者や施設環境等によって汚染されるため、プール水の汚染防止、浄化・消毒を適切に行うことが必要であり、上記衛生基準に基づいた定期的な環境衛生検査等のほか、日常における環境衛生検査等、以下の点に十分に留意しなければならない。

##### ア. プール水の遊離残留塩素濃度 (0.4 mg/L～1.0 mg/L) の保持

○ プールの使用前及び使用中1時間ごとに1回以上測定し、その濃度は、どの部分でも0.4 mg/L 以上保持されている事。また、遊離残留塩素は1.0 mg/L 以下が望ましい。

検体の採水場所は、プール全体の水質が把握できる場所とし、長方形のプールではプール内の対角線上におけるほぼ等間隔の位置3か所以上の水面下20 cm 及び循環ろ過装置の取水口付近を原則とする。

イ. プール水のイオン濃度 (pH値 5.8～8.6)

- プールの使用前に1回測定し、pH値が基準値程度に保たれていることを確認すること。

ウ. 透明度の保持

- 透明度に常に留意し、プール水は水中で3m離れた位置からプール壁面が明確に見える程度に保たれていること。

エ. 足洗い槽・腰洗い槽・シャワーによる減菌・洗浄の徹底

- 足洗い槽・腰洗い槽は遊離残留塩素濃度を、50mg/L～100mg/Lの範囲に保ち、適宜水を入れ替え、衛生的に管理する。

注意しなければならない点としては、遊離残留塩素濃度を、50mg/L～100mg/Lと高濃度のため、アトピー性皮膚炎など皮膚の過敏性が高い児童生徒は使用を控え、シャワーのみで十分に体を洗うように指導します。

- プール入泳前に入泳者からの汚染を除去するため、必ずシャワーを浴びてからしかプールサイドに入れないように工夫するとともに、念入りに全身を洗うことができるように工夫すること。

オ. 循環ろ過装置の機能保持

- 原則として全日運転することが好ましい。

カ. 異物の有無の点検

- 水中やプールサイド等に危険物や異常なものがないこと。

### ③ 学校薬剤師との連携

水泳学習の実施期間中（使用日の積算数が30日以内ごとに1回）は、学校薬剤師による水質検査を行わなければならない

（令和元年5月7日付通知「学校環境衛生に伴う水質検査，ダニアレルゲン量の検査，給食室・配膳室の施設定期検査について」参照）

なお，誤って他の薬剤を使用するなどの事故が起こらないよう，薬品の管理・使用にあたっては学校薬剤師に相談すること。また，その内容を担当の教職員等に周知徹底すること。

また，学校による日常点検の中で，水質状態に異常が見つかった場合は，学校薬剤師や保健センターなどの関係機関に相談の上，迅速に使用中止や浄化等に取り組まなければならない。

## 5 水泳指導計画の作成

### (1) 水泳指導の目標

小学校学習指導要領（平成29年告示）に示された小学校各学年における水泳指導の目標は、次の学年へのステップアップとして段階的に構成されており、6年間を通じた継続的・発展的な指導の流れを視野に入れて、各学校における重点的な指導目標を定めることが重要である。

#### 第1学年及び第2学年「水遊び」

##### (1) 知識及び技能

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

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

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「水泳運動」

##### (1) 知識及び技能

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

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

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「水泳運動」

### (1) 知識及び技能

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、その動きを身に付けること。

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

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

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。

## 【目標設定に当たっての留意事項】

- このような段階的な指導は、水に対する抵抗や恐怖感を克服し、水中の運動に慣れさせ、児童の心身の発達に応じて、水泳の特性に触れる喜びを学ばせ、自ら進んで水泳の楽しさを求める力を育てようとする趣旨である。
- こうした点に十分に留意し、指導者は、各学年や泳力の実態などに応じた指導計画に沿って、すべての児童にとって安全な指導に取り組まなければならない。
- 第5学年及び第6学年においては、着衣のまま水に落ちた場合の対処の仕方について、安全確保につながる運動との関連を図り、各学校の実態に応じて積極的に取り組むこと。
- ◎ 夏季休業期間中の水泳指導に当たっても、「小学校の水泳指導における安全管理指針－夏季休業期間中の取組を中心に－」の「2 夏季休業期間中の水泳指導のあり方」をふまえ、明確な目標設定を行うことが大切である。

## (2) 年間指導計画の作成

各学校では、学習指導要領や京都市スタンダードの内容をふまえ、水泳学習の指導の目標、内容、授業時数などについての基本的な考え方、方針を定め、これに基づく指導計画を作成することが必要である。

### 【指導計画作成の主な手順】

#### ① 指導目標の設定

- 水泳学習の指導の方向を明確にし、学年毎の重点となる目標が明確となるような具体的な指導目標の作成。

#### ② 学習内容の構成

- 指導目標の達成に向けて、水泳の特性や児童の実態に応じた具体的な学習内容を絞り込み、一人一人の児童の学習効果を高めるような学習内容の構成。

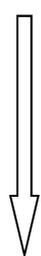
#### ③ 授業時数の確保

- 水泳指導の目標の下、学習内容や学年、学級の規模、プールの大きさなどの条件を考慮し、指導目標の達成に必要な授業時間の決定。

## 【学習内容の構成についての留意事項】

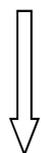
- 指導計画に基づく具体的な学習は、児童の興味・関心や水慣れの状況、体格や泳力、水泳に関する知識などの実態をふまえて、水泳指導の目標を実現するための個々の内容を時間割に応じて編成していく必要がある。

### ① 各時間の目標の作成



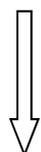
- 児童にどのような技能を身に付けさせ、そのためにどのような練習をさせるのかの計画を立て、見通しをもち、児童自身にも分かるように明らかにしておくこと。
- 各時間に、何を目標として指導するのかを、時間割に応じて段階を経てステップアップしていくように、無理なく設定しておくこと。

### ② 学習内容の具体化



- どのような内容をどの程度まで達成しようとするのか、児童の習熟度に応じた課題の設定や、具体的な練習内容・方法などを組み立てること。

### ③ 学習指導の展開



- 学習指導の導入から、展開・まとめまでの、各時間における指導の流れを見通し、次の学習につながるようにしていくこと。

### ④ 学習過程の工夫

- 重要なポイントとして、一人一人の児童の力量に応じた、学習意欲を高めるための効果的な学習指導上の工夫を取り入れていくこと。
- 1時間の授業の前半・後半のいずれにおいても、水泳の楽しさに触れることができるような組み立て方の工夫や、水慣れの程度や泳力に応じたグループ編成による指導など、創意工夫を取り入れていくこと。

## 【時間配分に当たっての留意事項】

- 水泳指導に要する時間は、教室からプールまでの移動時間や更衣の時間、準備運動やシャワーの時間を経て、水泳指導の説明からプールへの入水、途中での説明、最後のまとめまでの時間などを差し引き、さらに休憩時間を入れると、45分の半分程度の時間、すなわち20分～25分程度の時間となり、この限られたプール内での水泳指導について、いかに時間を配分するかが重要である。

### < 1時間の時間配分の例 >

5分	…	プールへの移動・更衣
5分	…	シャワー・準備運動・人員点呼
2分	…	水泳指導の説明
15分	…	プール内での指導（前半）
3分	…	休憩と人員点呼・健康観察
10分	…	プール内での指導（後半）
5分	…	人員点呼・まとめ・ 洗眼・シャワー、更衣・教室への移動

- プールへの入水後は、徐々に心肺機能を高めるよう、緩やかな運動から始めることが必要である。
- プール内での指導時間は、児童の体温低下を考え、休憩をはさんで前半よりも後半の時間を短くすることが望ましい。
- ◎ 夏季休業期間中の水泳指導においては、45分授業と異なり、学校独自で60分や90分単位の時間設定ができるため、「小学校の水泳指導における安全管理指針－夏季休業期間中の取組を中心に－」の「2 夏季休業期間中の水泳指導のあり方」をふまえ、無理のない安全な時間配分を行うことが大切である。

### (3) 水泳指導実施要項の作成

年間指導計画に従って水泳指導を進めるために、各校の水泳指導の目的や実施期間・対象、児童の健康観察、プール使用の手順、教職員の役割分担などをまとめた、各校の「水泳指導実施要項」を作成し、教職員が共通理解を図っておくことが重要である。

<※P.45～51（参考）「水泳指導実施要項の例」参照>

#### 【水泳指導実施要項に定める主な事項】

##### ① 水泳指導の基本的事項

- 水泳指導の目的・ねらい、実施期間・対象など。

##### ② プールの安全・衛生管理に関わる事項

- プール施設・設備の点検項目・内容、プール管理・指導日誌の様式（次頁参照）
- プール当番の役割、監視用具・救急用具の配置など。

##### ③ プール使用の具体的な手順の定め

- プールの解錠、入水・退水の経路、シャワー・準備運動等の流れなど。

##### ④ 児童の安全・健康管理に関わる事項

- 名簿作成、水泳の心得、児童に対する諸注意、健康チェックカードなど。

##### ⑤ 要注意児童への対応

- 水泳禁止・制限者の定め・スイミングキャップの色分け、担当者の役割など。

以上のような要項をふまえ、指導計画を実践するために、日程・対象学年、具体的な時間割、指導内容・目標を掲示したり、給排水のスケジュール表、教職員の具体的な割り当て表、プール当番の分担表、救急救命研修の計画などを作成することも必要である。

① プール施設・設備の管理に関する事項

- プール出入口の鍵の開閉，機械室・薬品保管室の施錠確認の結果。
- ろ過装置，更衣室・トイレ・シャワー，足洗い・洗眼等の付属設備の点検結果。

② プール使用環境に関する事項

- 水温・気温の測定結果・測定時刻。

③ 安全管理に関する事項

- AED・担架・毛布などの救急救命用具の配置点検の結果。
- プール内・プールサイドの異物・危険物・破損状況，滑りやすい場所の点検結果。
- 排水口の蓋の固定状態・ネジのゆるみ，循環水の取り入れ口の点検結果。

④ 水位設定に関する事項

- 水位計測の結果・測定時刻，給排水バルブの開閉時刻。

⑤ 水質管理に関する事項

- 水質点検結果（遊離残留塩素濃度・透明度・水素イオン濃度を測定）・測定時刻。
- 薬剤投入の時刻・薬品名・投入量，投入数分後の再度の測定結果。

⑥ 水泳指導内容に関する事項

- 水泳人数・見学者人数，指導者名・監視者名，点検者名，指導内容。

## 6 緊急時対応マニュアルの作成

各校の安全管理計画においては、万が一の事故発生時に、円滑・迅速に児童の救助・救命を行えるよう、緊急時の対応マニュアルを作成することが必要であり、またとっさの場合にも、教職員一人一人が正しく迅速に行動できるよう、対応手順をまとめた簡潔なフローチャート図などを、日頃から見やすい場所に掲示しておくことが望まれる。

＜※P.43・44（参考）「緊急時の対応マニュアルの例」参照＞

### （1）各校における緊急時対応マニュアルの作成

事故の発生を想定した「緊急時の対応マニュアル」を各校において作成し、毎年、水泳指導の始まる前に、校内研修などを通じて、一部の教職員だけではなく、全ての教職員に周知・徹底し、共通理解を図るとともに、少なくとも年1回の実地訓練を行い、いざという場合に有効に機能する校内体制を、常に確保しておかなければならない。

こうした「緊急時の対応マニュアル」には、主に次の事項を明記し、万が一の場合に備えておくことが大切である。

#### 【緊急時の対応マニュアルへの主な明記事項】

##### ① 事故発生時の対応心得

- プール事故の特性をふまえ、突発的な緊急事態が発生した場合に、教職員が協力し合い、冷静・迅速な対応を取れるようにするための、教職員としての基本的な心得について。

##### ② 発見から搬送・救急救命・119番通報等の手順・役割分担、校内の連携・連絡方法

- 事故者の発見・確保・搬送の方法、心肺蘇生・AED使用の方法、119番通報に至る役割分担・連携の方法などについて。

##### ③ 他の児童への対応内容・役割分担

- 事故者以外の児童を迅速に安全な場所に誘導し、適切な指示を与える手順について。

#### ④ 心肺蘇生法・AED使用の手順・内容

- 胸骨圧迫による心臓マッサージ、人工呼吸、AED解析・電気ショックの手順と方法について。(※AEDの電極パッドを装着する前には、必ず上胸の水分を拭き取ることに注意を喚起すること。)

#### ⑤ 保護者等への緊急連絡の方法・手順

- 事故者の保護者への緊急連絡、事故者以外の他の保護者全体への連絡内容・方法について。

#### ⑥ 対応手順の全体をまとめた簡潔なフローチャート図

## (2) 救急搬送・心肺蘇生について学ぶ

万が一の事故発生に応じて、事故者の発見直後に必要な行動や、事故場所から安全な場所への搬送方法、心肺蘇生・AED使用の方法などについて、消防署などの専門家や専門的な講習修了者などから、全ての教職員が実地講習を受講しておくことが重要である。

救急搬送・心肺蘇生について、教職員が受講しておかなければならない内容は、主に次の通りである。

#### 【救急搬送・心肺蘇生について】

- ① 事故者への迅速な接近方法、水中での事故者救助・確保の方法、事故者の顔の水面上への引き上げ方法など、発見直後に必要な対応者の動き。
- ② プール内での事故者の運び方や、プールサイドへの引き上げ方、安全な場所への移動方法など、心肺蘇生までに必要な動き。
- ③ 呼吸や心拍など事故者の状態の観察・確認から、胸骨圧迫と人工呼吸の手順・方法、AEDの使用方法など心肺蘇生の具体的な方法。
- ④ 水泳事故者の症状の特徴や注意事項など。

## 7 教職員研修の実施

### (1) 校内研修の実施

水泳指導が始まるまでに、水泳指導の目的に対する理解を深め、指導計画の内容、緊急時の対応方法や教職員の役割分担などについて学び、組織的・計画的な水泳指導を実践していくための、校内研修を実施しなければならない。

なお、研修終了後には実施日時や内容、参加者などの実施記録を作成し、点検等に役立てることも大切である。

#### 【校内研修の主な内容例】

##### ① 安全な水泳指導の進め方についての研修

- プール施設、附属設備の安全・衛生管理、日常的な点検・保守について。
- 健康診断の結果、健康チェックカードの活用、学校医と連携した児童の健康管理について。
- プール監視者の用務内容、監視の心得、監視方法や注意事項などについて。
- 水位の設定、プールの区分け、水温・気温や残留塩素濃度の計測などについて。

##### ② 危機管理マニュアルを活用した実地研修

- 事故発生を想定した、緊急時の教職員の役割分担、連絡・連携の流れについて。
- ヒヤリハット事例を通じた危険性の点検、事故を未然に防止する方法について。
- 心肺蘇生法やAEDなど救命器具の使用法、救助法・搬送法など救急救命について。

##### ③ 指導力向上のための研修

- 指導者の泳力・実技指導力の向上を図るための水泳実技について。
- 低学年や泳げない児童、注意を要する児童に対する指導内容、指導方法について。

## (2) 教職員ミーティングの実施

校内研修によって教職員間での共通理解を図るとともに、日頃から教職員が活発なコミュニケーションを図っておかなければならない。

教職員が連携・協力し合って、プール活用上の注意点や、分担・連携の方法、注意を要する児童の様子などを話し合い、円滑に協力し合えるようにしておくとともに、水泳指導の当日、参加児童名簿が確定した時点で、速やかに再確認を行うことも大切である。

夏季休業期間中の水泳指導では、複数の学年の担任間の連携など、普段の授業とは異なる教職員間のコミュニケーションが必要となり、「小学校の水泳指導における安全管理指針－夏季休業期間中の取組を中心に－」の「2 夏季休業期間中の水泳指導のあり方」をふまえ、水泳指導の事前・事後のミーティングを必ず行うことが大切である。

## 8 安全な水泳指導の実施

### (1) 適切な準備運動の実施

水泳学習の前に、適切な準備運動を行うことは、全身運動である水泳のために筋肉や関節を動きやすくするとともに、未然に事故を防ぐためにも重要であり、主に次の要領で、全身の筋肉をほぐし、関節を柔軟にする準備運動を必ず行わなければならない。

#### 【準備運動の基本】

##### ① 準備運動の場所・条件について

- プールへの入水前に、プールサイドや体育館などにおいて、準備運動を行うこと。
- 気温が低く、体温の拡散を防ぐ必要がある場合は、着衣のままで行うことが望ましい。

##### ② 準備運動の内容について

- 全身の関節の可動域を広げ、筋肉をほぐすストレッチ運動を十分に行うこと。
- 腕や脚部の運動から、体幹部分へと移り、再び腕・脚部の運動で終わること。
- 平泳ぎの腕や脚の動き、クロールの脚の動きを取り入れるなど工夫すること。
- 入水後は、徐々に心肺機能を高めていくための、緩やかな運動から始めること。

##### ③ 運動メニューの作成について

- 学年に応じた時間・量・内容の準備運動のメニューを作成しておくことが望ましい。

##### ④ 準備運動中の健康観察について

- 準備運動中の児童の動きを観察することによって、健康観察の一助とすることも大切である。

## (2) 人員点呼, バディシステムについて

安全な水泳学習のためには、入水前から、水泳の途中、休憩時間、退水後に、人員点呼による人数確認、安全確認を行うことが必要である。

このため、二人一組の組を作らせ、相互に安全確認を行う、「バディシステム」の手法を活用することが有効である。

教職員による観察を補完するものであり、バディシステムだけで安全性を確保できるものではないが、児童に安全確保の意識をもたせ、学習効果を高めるための手法である。

### 【バディシステム活用の留意事項】

- バディを組む相手は、体格や体力・泳力が同じくらいの者とする。
- 児童が助け合い、人間関係を深めることもねらいとした組とすること。
- 教え合い、確かめ合い、喜び合う学習効果を高める工夫をすること。
- バディを組む者どうしは、常に離れることなく、お互いを観察し合い、助け合うよう指導すること。
- 相手の顔色などから異常を見つけたら、すぐに片手を大きく振りながら、声を出して指導者に伝えるように指示しておくこと。
- 指導者の合図と「バディ」のかけ声によって、組ごとに手をつないで高く挙げさせ、点呼を取り、組数を把握すると同時に、バディの相手の顔や動作を観察させ、異常がないかを返答させること。
- 入水のたびごとに、繰り返しバディによる人員点呼を行うこと。

バディ・システムが役立つようにするために、日頃から万が一の場合の伝達などの動きを全員に練習させておくこと大切である。

## (3) 水泳時間と休憩の取り方

気温・天候や児童の健康状態、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必要である。

また、休憩中の体温変化や休憩直後の入水時における急な体温低下をはじめ、児童の体調に応じて水泳時間を変えるなど、水泳時間と休憩時間の設定・運用には十分に注意を払わなければならない。

### 【水泳時間・休憩時間の設定の基本】

- ① プール内での遊泳時間は、1回あたり20分以内とすることが好ましい。  
※低学年や初心者を対象とするときは、より短い時間設定を心がけることが望ましい。
- ② 児童の疲労度や顔色などを見て、必要に応じて遊泳時間を短縮し、プールサイドでの説明などを臨機応変に行うことが望まれる。
- ③ 休憩中の一人一人の児童の体調・様子に十分に目を配り、健康観察を行うこと。

### 【泳力判定基準表の活用】

水泳指導の効果をより高めるためには、それぞれの児童の課題と次の目標を分かりやすくするために、各校で独自の「泳力判定」を行うための基準を作成することが効果的である。

また、複数の学級や学年を同時に指導する場合には、泳力に応じたグループ編成を行い、児童の泳力レベルに合わせた指導を行った方が、より学習効果が高くなり、さらに目の行き届く一斉指導も行いやすく、無理のない範囲での指導も可能となると考えられる。

＜※P.52（参考）「京都市学童水泳能力基準表」参照＞

### （４）事故防止にあたっての留意事項

学校のプール事故の多くが、飛び込みスタートの練習による頭部からのプール底面への衝突事故である。指導をする際には、泳法の指導に合わせて、け伸びから泳ぎにつなげる水中からのスタートを指導することとする。

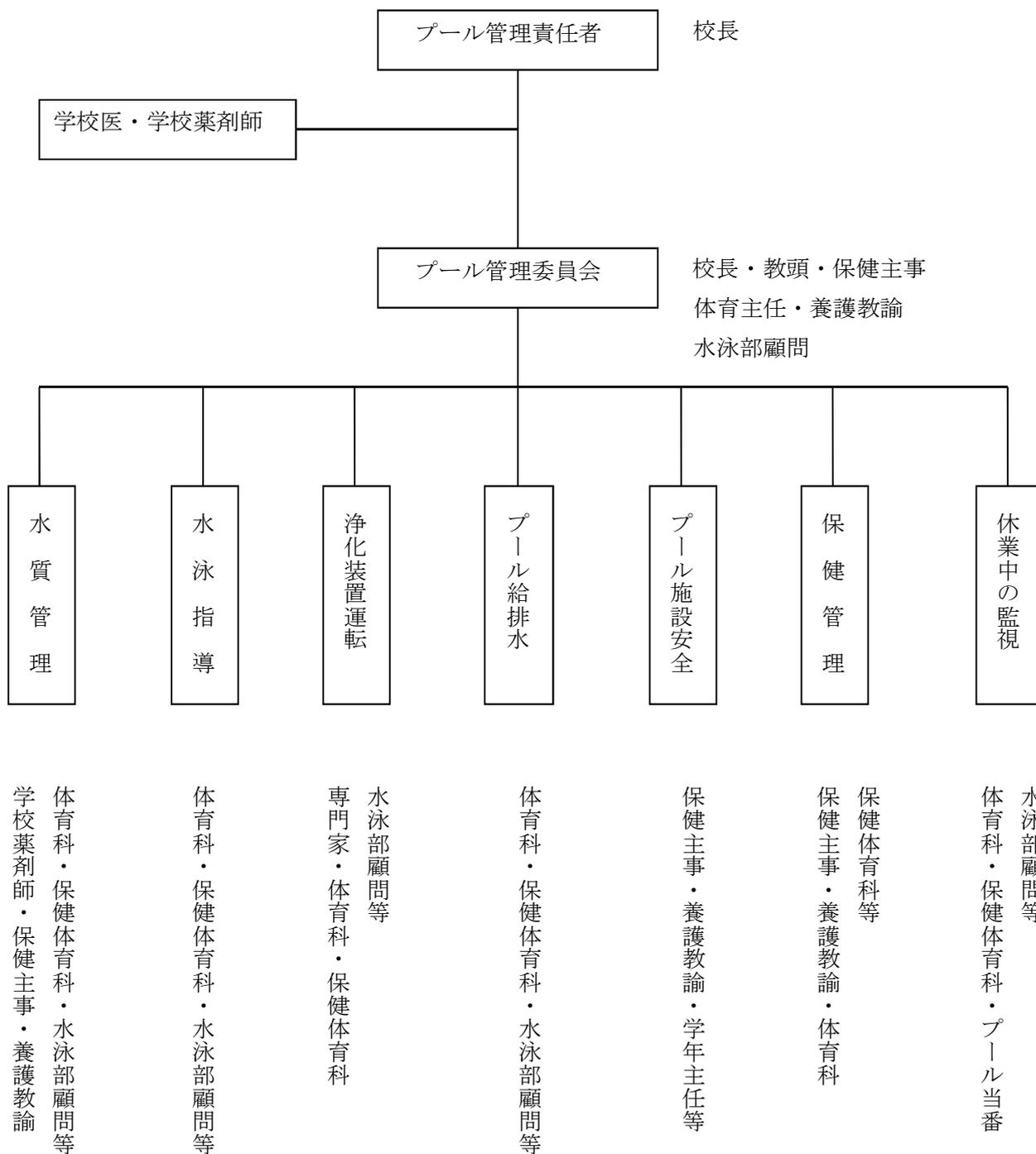
また、入水の際の長い時間の息止めや深呼吸を繰り返しての潜水（素潜り）を行うことは、意識喪失や溺水に至る事故にもつながるため、禁止とする。

#### 【意識喪失】

潜水（素潜り）時の事故の原因の一つ。血液が高度の酸素不足なのに、息苦しさを感ずることなく意識を失ってしまう状態。潜水前に深呼吸を必要以上に繰り返すことにより、血液中の二酸化炭素が減少し過ぎて起こる。

## (参考) 学校プール安全管理組織体制の例

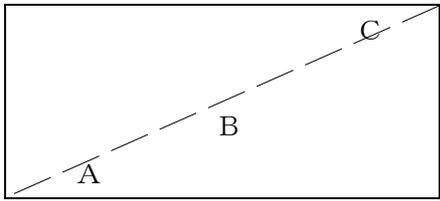
／「学校における水泳事故防止必携」独立行政法人日本スポーツ振興センター



(参考) プール指導・管理日誌の様式例 (表面)

校 園 長 検 印		教 頭 検 印		保 健 主 事 検 印		体 育 主 任 検 印		養 護 教 員 検 印		学 校 薬 劑 師 検 印	
令 和 年 月 日 ( )							天 候				
気 温		午前 時 分 ( °C ) 午後 時 分 ( °C )				水 温		午前 時 分 ( °C ) 午後 時 分 ( °C )			
プールの出入口の鍵		解錠 午前 時 分 (解錠者 ) 施錠 午前 時 分 (施錠者 )				解錠 午後 時 分 (解錠者 ) 施錠 午後 時 分 (施錠者 )					
機械室・薬品保管庫の施錠の有無							有 ・ 無				
更衣室・トイレ, シャワー・足洗い・洗眼など附属設備の状態							良 ・ 否				
ろ過装置の状態の点検							良 ・ 否				
救急救命用具の配置の有無 (AED等)							有 ・ 無				
プールサイドの異物, 危険・破損, 滑りやすい場所の点検結果							良 ・ 否				
プール内の異物・危険物の有無							有 ・ 無				
排水口及び循環水取入口の安全 (点検項目: 目視・触診・打診)							良 ・ 否				
日 常 検 査							プ ー ル 水 消 毒				
検 査 時 間	p H	透 明 度	残留塩素量(遊離塩素量)(mg/L)				プ ー ル 使 用	薬 品 投 入 時 間	投 入 薬 品 名	投 入 数 量	消 毒 担 当 者 名
			A	B	C	D					
時 分		良/否					時 分				
		良/否									
		良/否									
		良/否									
		良/否									
		良/否									
		良/否									
		良/否									
		良/否									
腰洗槽	水量	m <sup>3</sup> (トン)・消毒薬1日使用量 個				合 計	(L・g)				
給水バルブ	開栓 午前・午後 時 分 (開栓者 )				閉栓 午前・午後 時 分 (閉栓者 )						
排水バルブ	開栓 午前・午後 時 分 (開栓者 )				閉栓 午前・午後 時 分 (閉栓者 )						

(裏面)

水 泳 人 員												
時 間 【水 位】	学年	男子	女子	計	指導者名 【監視者名】	時 間 【水 位】	学年	男子	女子	計	指導者名 【監視者名】	
時 分 ~ 時 分 【 c m】 【 c m】						時 分 ~ 時 分 【 c m】 【 c m】						
時 分 ~ 時 分 【 c m】 【 c m】						時 分 ~ 時 分 【 c m】 【 c m】						
時 分 ~ 時 分 【 c m】 【 c m】						時 分 ~ 時 分 【 c m】 【 c m】						
時 分 ~ 時 分 【 c m】 【 c m】						時 分 ~ 時 分 【 c m】 【 c m】						
使用合計	午前	人 時間 分				午後	人 時間 分					
本日合計	人 時間 分						残留塩素測定位置					
見学者人数	人						 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ A・B・C…対角線上の3点 の水面下20cm。</li> <li>・ D ……循環ろ過装置の取り 入れ口付近。</li> </ul>					
指導内容及 び特記事項 (ビート板 の使用状 況など)												

(記入上の注意)

- 1 気温・水温は、午前・午後とも使用開始時の数値を記入する。
- 2 透明度は水中で3m離れた位置からプール壁面が明確に見える程度に保たれていること。
- 3 残留塩素は、0.4mg/L~1.0mg/Lを維持することとし、使用開始30分前及び使用中1時間に1回以上検査する。
- 4 イオン濃度はプール使用前に1回測定すること(pH値5.8~8.6を維持すること)。
- 5 定期検査は学校薬剤師が行う。
- 6 水位は最深部と最浅部の水位を測定し記入すること。
- 7 保存については、平成20年度から分類記号(Y901A8)の3年保存とすること。

(参考) 健康チェックカードの様式例

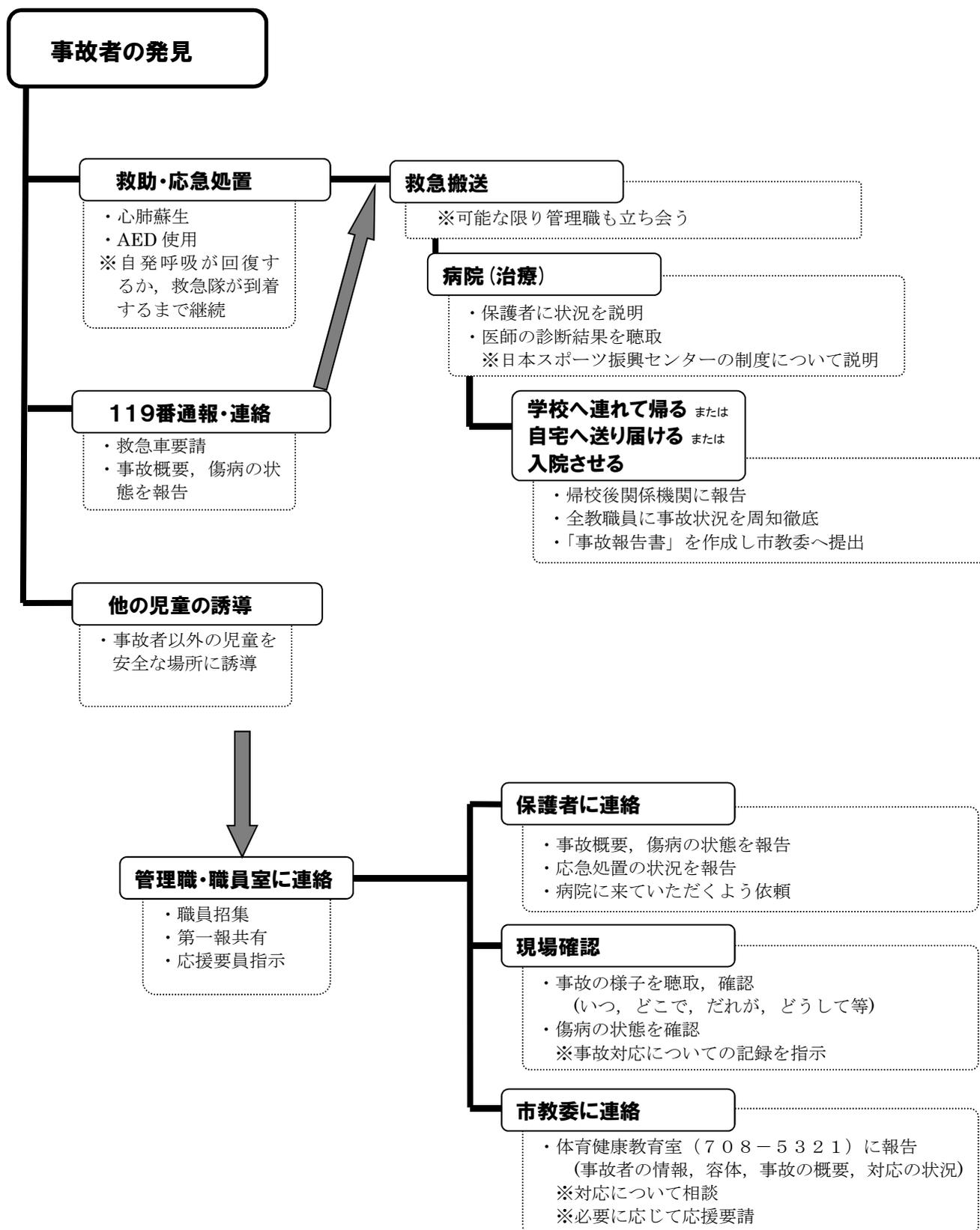
年	組	氏名	
---	---	----	--

	月 日	/	/	/	/	/	/	/
1	朝食は食べましたか (何時に食べましたか)	(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	吐き気はしませんか							
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							
10	朝の体温は何度でしたか	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
11	睡眠時間は どれくらいでしたか	時間						
	保護者印							

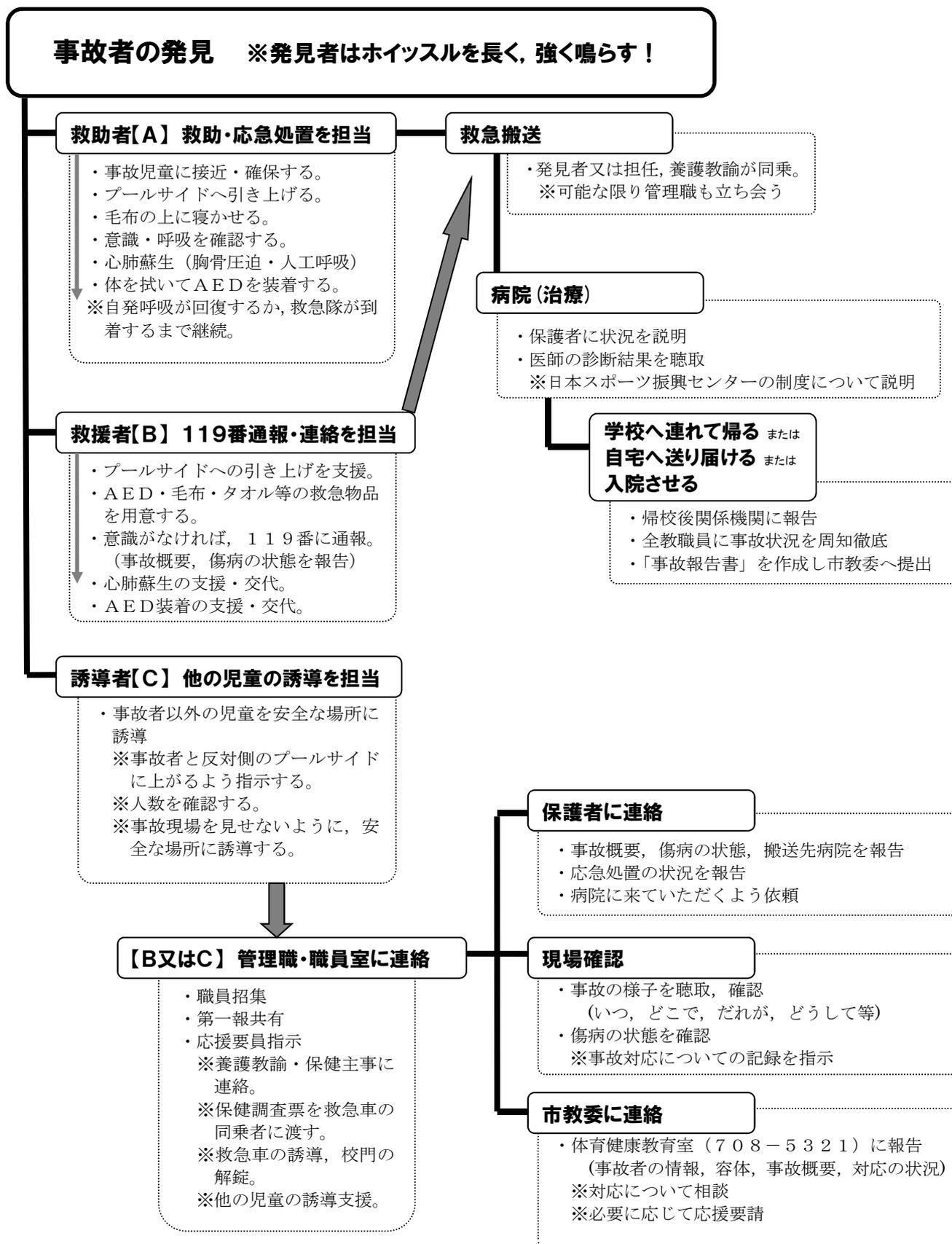
※1～9については、「はい」は○を、いいえは×をつけてください。

※10・11については、数字を記入してください。

(参考) 緊急時の対応マニュアルの例 (掲示用)



(参考) 緊急時の対応マニュアルの例 (研修用)



(参考) 水泳指導実施要項の例

## 水泳指導とプール管理・運営要項

□年 □月 □日 京都市立□□小学校 体育部

### 1 水泳指導のねらい

- (1) プールのきまりや水あそび・水泳の心得を守り、安全で衛生的に学習できるようにする。
- (2) 水あそびや水泳運動の楽しさや喜びを実感することができるようにする。  
※ 各学年の児童の実態を踏まえて指導計画を立てる。

(参考) 小学校学習指導要領 第9節体育より

#### 第2 各学年の目標及び内容

##### 第1学年及び第2学年「水遊び」

###### (1) 知識及び技能

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

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

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「水泳運動」

###### (1) 知識及び技能

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

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

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「水泳運動」

#### (1) 知識及び技能

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、その動きを身に付けること。

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

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

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。

### 第3 指導計画の作成と内容の取扱い

2 内容の取扱いについては、次の事項に配慮をするものとする。

(6) 「D水遊び」及び「D水泳運動」の指導については、適切な水泳場の確保が困難な場合にはこれらを取り扱わないことができるが、これらの心得については、必ず取り上げること。

## 2 研修日程

要項 共通理解	月 日 ( ) : ~ :
心肺蘇生法研修	月 日 ( ) : ~ :
機械操作法研修	月 日 ( ) : ~ :
水泳指導法研修	月 日 ( ) : ~ :
安全管理・監視研修	月 日 ( ) : ~ :

## 3 プール開設に向けての日程

排水	月 日 ( ) : ~ :
プール清掃	月 日 ( ) : ~ :
天日干し	月 日 ( ) : ~ :
注水	月 日 ( ) : ~ :

#### 4 プール開設期間と水位

期 間		水 位 (最も深い所)	備 考
水遊び 指導期間	月 日 ( ) ~ 月 日 ( )	超低水位 (※50cm)	1・2学年 育成学級使用
水遊び・水泳 指導期間	月 日 ( ) ~ 月 日 ( )	低水位 (※70cm) 中水位 (※90cm)	全学年使用 (学年別) 別紙割当表をもとに調節
夏季休業中 指導期間	月 日 ( ) ~ 月 日 ( )	高水位 (※110cm)	全学年使用 (低中高別) 別紙割当表をもとに調節

※ 上の水位表記は例であり、市教委の「手引」「指針」にある以下の表記をもとに、各校の今年度の各学年児童の体格に合わせて設定する。

「水位の目安としては、多くの児童のへそから胸の辺りに水面が来るように設定し、  
「すべての児童の両肩が水面から出るラインを上限とすること。」

- 割当表や水位（最深部，○cm）とその変更の状況（「注水中，○cm→○cm，○時～○時」，「排水中，○cm→○cm，○時～○時」など）については，以下の場所に明示し，教職員全員で常に確認を行う。

表示場所…職員室黒板，プールサイド黒板

#### 【割当表の例】

月	日	曜 日	関連行事等	水位 (最深部)	1校時	2校時	3校時	4校時	5校時	6校時
6	17	月	プール開き	30		2年	1年		※注水	
	18	火		50		1年	2年			
	19	水		50		(予備)	(予備)		※注水	
	20	木		70		4年	3年		2年	
	21	金		70→90		3年	4年	※注水	6年	※排水
	24	月		90		4年	3年	※排水	1年	

#### 5 遊泳禁止・要支援・要観察児童の情報共有

- 各種検診・心電図の結果・保護者への聞き取り等をもとに下の表を作成し，後日共通理解。
- 遊泳可能な要支援児童・要観察児童には，安全面の配慮を最大の理由として，○色の水泳帽の着用を推奨し，保護者の理解を得るようにする。
- アトピー等の理由による塩素消毒（足・腰洗い槽）の可否の確認も行う。

年	組	名 前	帽子 の色	遊泳 可否	特別な支援・観察の 必要な理由・状況	具体的な 支援・観察の方法	他の配慮 事項等

## 6 担当者

- (1) 体育科学習中は、プール使用クラス担任（必ず2名以上）が担当者となり行う。
- (2) 夏季休業中は、3名以上の当番で行う。  
但し、1・2年児童を含む場合は、4名以上の当番（監視者3名以上を含む）で行う。

## 7 監視者

- (1) 夏季休業中は、2名以上の監視者で行う。
- (2) 夏季休業中の個別練習は、3名以上の監視者で行う。  
※ 監視者は直接的な指導にあらず、監視に専念する。（1人は監視台の上から、他の者はその対角を中心にプールサイドでくまなく巡回すること。3人以上の場合は、監視台と複数の監視者がプールの周囲に等間隔に位置するなど、全員でプール全体を見渡すことのできる場所を監視位置として設定すること。）

## 8 指導者・当番の仕事

- (1) 気温・水温の測定。
- (2) ろ過装置の作動確認、プールとプールサイドの安全点検、水位の確認、浮遊物の除去。
- (3) 実施の可否決定。
  - ① 原則として、水温が22度以上かつ中性水温（33度～34度）以内であり、気温が水温と同じか水温より高い場合に実施可能。
  - ③ 水温22度未満または中性水温（33度～34度）より高い場合や、気温が水温より低い時は実施しない。
  - ③ 光化学スモッグ発生時、カミナリが鳴っている時、感染症発生時は、中止。
  - ④ その他、雨天時・強風時等は、管理職と体育主任、該当学年主任で相談して決定。

- (4) プールサイドに必要なものを運ぶ

水温計、残留塩素測定器、救急箱、AED、プール日誌、毛布、電話など。

- (5) 消毒薬投入…初回使用時（20分以上前に）、および適宜（児童入水時は投入しない）

最深部水深	初回使用時、投入量	0.1mg/L上昇させるには
30cm	〇〇錠	〇錠追加
50cm	〇〇錠	〇錠追加
70cm	〇〇錠	〇錠追加
90cm	〇〇錠	〇錠追加

- (6) 腰洗い槽・シャワーの準備…水を張り、〇～〇錠入れる。（毎時間、入れ替え）
- (7) 残留塩素濃度の検査…0.4～1.0mg/Lになるように調整する。
  - ・ 1時間に1回以上測定すること。  
（対角線上の3点の水面下20cmと、循環ろ過装置の取り入れ口付近の、計4ヶ所）
  - ・ 0.4～1.0mg/Lを厳守し、日誌に記入すること。
- (8) 水素イオン濃度、透明度の検査結果を記入すること。
- (9) プール日誌に所要事項を記入する。

A□
B□
C□

(10) 用具の後始末（学習終了後もろ過装置は作動させておく。）

## 9 指導の留意点

### (1) 事前指導

- ① 持ち物（すべて学年・組・名前を記入し、いらないものは持ってこない。）
  - ・ 水着…学校指定の物，または同じような形状・色のもの。（水泳に適した形状，紺色）  
記名した布を付ける。（男子左腰，女子左胸）  
長袖の水着（ラッシュガード等）の着用を認めるが，原則，フードなどのない動きやすいものとする。
  - ・ 帽子…学年ごとの色の物，忘れた場合は学校の予備を使用する。
  - ・ スイムゴーグル，バスタオル，水を通しにくい袋。
- ② 保健・衛生
  - ・ 遊泳禁止・要支援・要観察児童の確認。
  - ・ 頭髪（頭ジラミ）検査の徹底。
  - ・ 家庭で耳垢・爪の処理をしておく。
  - ・ 日焼けしやすい児童や光線過敏のある児童には，相談の上，ラッシュガード等に併せ，耐水性のある日焼け止めクリームの使用を認める。

### (2) 学習時の指導

- ① 教室で
  - ・ 健康観察，頭髪検査の徹底。
  - ・ 着替える前にトイレにしておく。
  - ・ 鼻をかんだりヘアピンをはずしたりしておく。
- ② 更衣
  - ・ 更衣は更衣室で行う。
  - ・ 荷物はフックにかける。
- ③ プールに入って
  - ・ バスタオルをプールサイドに置く。
  - ・ 準備運動（筋肉をほぐし，徐々に心肺機能を高め，適度に体温を上げる）→腰洗い  
→シャワー→水慣れ
- ④ 遊泳中
  - ・ 人員点呼，バディ確認の徹底（入水のたびに実施）。
  - ・ 飛び込みによるスタートは行わない。
  - ・ ビート板は，指導者の許可を得て，正しく使用する。
  - ※ 大型ビート板は，使用目的に応じた明確な教育効果が見込まれ，安全かつ計画的に使用できる場合を除いて，使用を控えること。
  - ・ プール内で鼻をかむなど，不潔なことをしないようにする。
- ⑤ 休憩時

- ・ 用便などでプールから離れるときは、必ず指導者に伝えるようにする。
- ・ 用便はプールのトイレで行い、用便後は腰洗い槽につかる。
- ・ ひなたで休憩し、寒いときはバスタオルを使用。
- ・ プールサイドは絶対に走らない。

#### ⑥ 遊泳後

- ・ 人員点呼，健康観察。
- ・ プール内に残っている子がいないか（入水して，水中・水底の確認を行うこと）。
- ・ 洗眼（水圧を上げすぎない），シャワー。
- ・ 水着など，持ち物の後始末。

### （3）指導中の安全管理（体育科学習中）

#### ① 指導内容の共通理解と役割分担。

- ・ 複数教員による指導体制をとるため，事前に指導内容やその役割分担を綿密に行う。
- ・ 特に緊急時の対応については，「緊急時の対応マニュアル」をもとに，事前に教員間で分担しておき，落ち着いて対応できるように，繰り返しシュミレーションするなど研修しておく。

#### ② 指導者の監視的役割

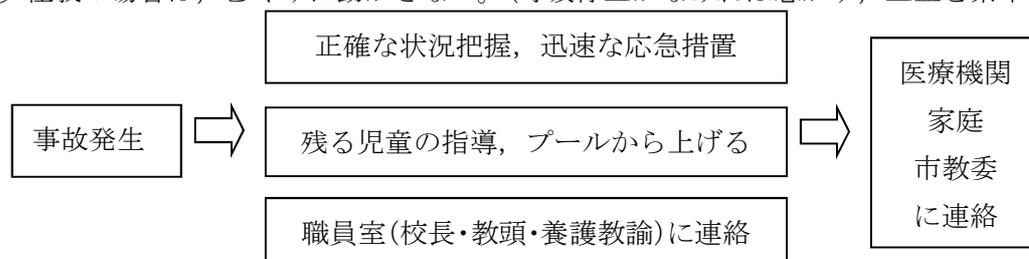
- ・ 指導内容に応じてなるべく短く時間を区切り，その区切りごとにバディシステムを活用しながら人員点呼と健康観察を行う。
- ・ プールサイドに立って指導する際には，位置を対角線上になるように分担したり，プールを区切って目が行き届くようにしたりする。
- ・ プールの中に入って指導する際には，児童に背を向けて目の行き届かない所を作ってしまうことのないようにしたり，要観察児童の位置を常に把握できるように学習の場を設定したりする。

### （4）緊急時の対応のあらまし

#### ① 意識の確認，呼吸の確認を行う。

- ・ 意識がない場合 → 119番通報
- ・ 呼吸がない場合 → 119番通報，胸骨圧迫

#### ② 怪我の場合は，むやみに動かさない。（呼吸停止がなければ急がず，止血を素早く行う。）



#### ③ 事故が発生したとき，事故について外部の者から説明を求められた場合は，責任者(校長・教頭)

に尋ねるように伝え、窓口を一本化し、各自が説明しない。

## 10 その他

- (1) プール期間中、プールの割り当ては別紙参照。
- (2) 保護者向けプリント，児童指導用プリント（プールの約束）もできあがり次第，配布。
- (3) 水泳能力検定を夏季休業前の授業中と夏季休業中に行い，集計をして体育主任まで。
- (4) めだか教室

日時… 月 日（ ）～ 日（ ） 時～ 時

対象…

- (5) 水泳帽の色…6年間持ち上がる。

〇〇 年度	※ 要支援児童	育成 学級	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
色								

(参考) 京都市学童水泳能力基準表

※1級	クロール50m, 平泳ぎ50m, どちらも泳ぐことができる
※2級	クロール25m, 平泳ぎ25m, どちらも泳ぐことができる
※3級	クロールか平泳ぎ, どちらかで25m泳ぐことができる
4級	呼吸(息継ぎ)をしながら25m浮いて進める(泳げる)
5級	10m浮いて進める(泳げる)
6級	5m浮いて進める(泳げる)
7級	け伸び(2m程度)ができる

※高学年は1～7級, 中学年は4～7級を調査報告の対象とする

<監 修>

- ・ 京都工芸繊維大学 応用生物学部門教授 野村 照夫 氏  
日本水泳連盟科学委員会委員長
  
- ・ 財団法人京都踏水会 理事長 村田 弘武 氏  
京都踏水会水泳学園 学園長
  
- ・ 財団法人京都踏水会 指導次長 浅井 久照 氏
  
- ・ 京都アクアリーナ指定管理者  
ビバ・オリックス・バティネグループ統括責任者  
上級水泳教師・水泳指導管理士 宇野 浩 氏
  
- ・ 特定非営利活動法人  
日本プール安全管理振興協会 理事長 北條 龍治 氏

<改訂版監修>

- ・ 京都工芸繊維大学 基礎科学系教授 野村 照夫 氏  
日本水泳連盟参与