

水の中を移動する運動遊び、もぐる・浮く運動遊び

単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①水の中を移動する運動遊びの行い方について、言ったり実際に動いたりしている。 ②もぐる・浮く運動遊びの行い方について、言ったり、実際に動いたりしている。 ③水の中をいろいろな姿勢で歩いたり、自由に方向や速さを変えて走ったりして遊ぶことができる。 ④息を止めたり吐いたりしながら、いろいろな姿勢で水にもぐったり浮いたりして遊ぶことができる。	①簡単な遊び方や場を選んでいる。 ②友達のよい動きを見付けたり、考えたりしたことを友達に伝えている。	①水遊びに進んで取り組もうとしている。 ②順番やきまりを守り、誰とも仲よくしようとしている。 ③用具の準備や片付けを、友達と一緒にしようとしている。 ④水遊びの心得を守っている。

水の中を移動する運動遊びは、水につかって歩いたり走ったりすること、もぐる・浮く運動遊びは、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の楽しさに触れることができる運動遊びです。本単元例は、単元前半は水の中を移動する運動遊びをして遊ぶ時間、単元後半はもぐる・浮く運動遊びをして遊ぶ時間を設定することで、水の中を移動する運動遊びの学習で身に付けたことを生かして、もぐる・浮く運動遊びに楽しく取り組むことができる授業を展開するようにしています。

単元の目標

- 水の中を移動する運動遊びともぐる・浮く運動遊びの行い方を知るとともに、水につかって歩いたり走ったりして遊ぶこと、息を止めたり吐いたりしながらもぐったり浮いたりして遊ぶことができるようにする。
- 水の中を移動する簡単な遊び方と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ができるようにする。
- 水遊びに進んで取り組み、順番やきまりを守り誰と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ができるようにする。

指導と評価の計画(10時間)

時間	1	2	3	4	5	
ねらい	学習の見通しをもつ	水の中を移動する運動遊びともぐる・浮く運動遊びの行い方を知り、みんなで楽しく遊ぶ				
学習活動	オリエンテーション 1 集合, 挨拶, 健康観察をする 2 単元の学習の見通しをもつ ○単元の目標と学習の進め方を知る。 ○パディシステムを確認する。 ○水遊びの心得と学習のきまりを知る。 3 本時のねらいを知り、めあてを立てる 4 用具の準備をする ○用具の準備と片付けの仕方を知る。 5 準備運動をしてシャワーを浴びる 6 水慣れをする ○水慣れの行い方を知る。 7 水の中を移動する運動遊びをする	1 集合, 挨拶, 健康観察をする 2 本時のねらいを確認する 4 準備運動をしてシャワーを浴びる 5 水慣れをする 水の中を移動する運動遊び 6 水の中を移動する運動遊びをする ○水の中を移動する運動遊びの行い方を知る。 ○パディやグループで楽しく遊ぶ。 ○簡単な遊び方から、自己に適した遊び方を選ぶ。 ○友達のよい動きを見付けたり、考えたりしたことを伝える。	もぐる・浮く運動遊び			
	8 本時を振り返り、次時への見通しをもつ 9 整理運動、用具の片付けをしてシャワーを浴びる					
評価の重点	知識・技能		① 観察・学習カード		③ 観察	
	思考・判断・表現					
	主体的に学習に取り組む態度	④ 観察・学習カード		② 観察・学習カード	③ 観察・学習カード	

6	7	8	9	10
簡単な遊び方を工夫して、みんなで楽しく遊ぶ				学習のまとめをする
3 用具の準備をする 7 もぐる・浮く運動遊びをする ○もぐる・浮く運動遊びの行い方を知る。 ○パディやグループで楽しく遊ぶ。 ○簡単な遊び方から、自己に適した遊び方を選ぶ。 ○友達のよい動きを見付けたり、考えたりしたことを伝える。				
10 集合, 健康観察, 挨拶をする ② 観察・学習カード				④ 観察
		① 観察・学習カード	② 観察・学習カード	
				① 観察・学習カード

学習のまとめ

- 水の中を移動する運動遊びをする
- もぐる・浮く運動遊びをする
- 単元を振り返り、学習のまとめをする
- 整理運動、用具の片付けをして、シャワーを浴びる
- 集合、健康観察、挨拶をする

本時の目標と展開① (1/10時間)

本時の目標

- (1) 水の中を移動する運動遊びの行い方を知ることができるようにする。
- (2) 簡単な遊び方や場を選ぶことができるようにする。
- (3) 水遊びの心得を守ることができるようにする。

本時の展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点
5分	1 集合、挨拶、健康観察をする 2 単元の学習の見直しをもつ ○単元の目標と学習の進め方を知る。 ○パディシステムを確認する。 ○水遊びの心得と学習のきまりを知る。	<ul style="list-style-type: none"> ● 掲示物や学習資料などを活用して、分かりやすく説明する。 ● パディ（二人一組）の組み合わせを事前に決めておく。 ● 体（爪、耳、鼻、頭髪等）を清潔にしておくことを事前に伝えるとともに、授業前に確認する。
	水遊びの心得の例 ・準備運動や整理運動をしっかり行いましょう。 ・プールサイドは走らないようにしましょう。 ・友達とぶつからないように動きましょう。	<ul style="list-style-type: none"> ・丁寧にシャワーを浴びましょう。 ・プールに飛び込まないようにしましょう。
10分	3 本時のねらいを知り、めあてを立てる 水遊びの学習の進め方を知り、学習の見直しをもつ ○本時のねらいを知り、自己のめあてを立てる。	<ul style="list-style-type: none"> ● 学習カードを配り、使い方を説明する。(濡れないようにするため、教室で記入することも考えられる。)
	4 用具の準備をする ○用具の準備と片付けの仕方を知る。 ○みんなで協力して、準備をする。	<ul style="list-style-type: none"> ● 安全な準備と片付けの仕方を説明する。 ● 友達と一緒に準備をする様子を取り上げて、称賛する。
5分	5 準備運動をしてシャワーを浴びる ○準備運動の行い方を知る。 ○みんなで準備運動をする。	<ul style="list-style-type: none"> ● けがの防止のために適切な準備運動の行い方について、実際に動いて示しながら説明する。
	準備運動の例 ○徒手での運動 …肩、腕、膝、ふくらはぎ、首などをほぐす運動をする。	<ul style="list-style-type: none"> ● 衛生と安全に配慮したシャワーの浴び方を説明する。
	シャワーの浴び方の例 ・帽子を外して頭から浴びる。 ・順番を守り、落ち着いて行動する。	<ul style="list-style-type: none"> ● 水が顔にかかることが苦手な児童への配慮の例 → 顔に水がかからないような姿勢で浴びたり、顔は自分の手ですくった水をかけたりすることから始め、少しずつ水が顔にかかることに慣れるようにするなどの配慮をする。

15分	6 水慣れをする ○ゆっくりと水に入る。 ○水慣れの行い方を知る。 ○パディやグループで水慣れをする。	<ul style="list-style-type: none"> ● 体に水をかけてから、ゆっくりと水に入るようにする。 ● 水慣れの行い方について、場を示したり、実際に動いて示したりしながら説明する。
	水慣れの例 ○シャワーを使った水慣れ ○水に顔をつける水慣れ ○バブリングにつながる運動遊び	○水をかいたり、プールの底をけったりして進む ○水につかっの電車ごっこ ○水につかっの鬼遊び
10分	7 水の中を移動する運動遊びをする ○水の中を移動する運動遊びの行い方を知る。 ○パディやグループで楽しく遊ぶ。	<ul style="list-style-type: none"> ● 水の中を移動する運動遊びの行い方について、場を示したり、実際に動いて示したりしながら説明する。 ● 水遊びの心得を守っている様子を取り上げて、称賛する。
	水の中を移動する運動遊びの行い方の例 ○電車ごっこでのじゃんけん遊び ・他のグループとじゃんけんをする。	<ul style="list-style-type: none"> ◆学習評価◆ 主体的に学習に取り組む態度 ④水遊びの心得を守っている。 → 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、水遊びの心得を守っている姿を評価する。(観察・学習カード)
5分	8 本時を振り返り、次時へを見直しをもつ 本時の振り返り ・水遊びの心得を守るために気を付けたことを、発表したり書いたりしましょう。 ・単元の学習で楽しみたいことやできるようにになりたいことを、発表したり書いたりしましょう。	<ul style="list-style-type: none"> ● 順番やきまりを守ろうとしている様子を取り上げて、称賛する。
	○振り返りを発表して、友達に伝える。	<ul style="list-style-type: none"> ● 振り返りを発表したり学習カードに記入するように伝えるとともに、気付きや考えのよさを取り上げて、称賛する。(濡れないようにするため、教室で記入することも考えられる。) ● 整理運動の行い方について、実際に動いて示しながら説明するとともに、けががないかなどを確認する。
	9 整理運動、用具の片付けをしてシャワーを浴びる 10 集合、健康観察、挨拶をする	

本時の目標と展開② (2/10時間)

本時の目標

- (1) 水の中を移動する運動遊びの行い方を知ることができるようにする。
- (2) 簡単な遊び方や場を選ぶことができるようにする。
- (3) 順番やきまりを守り、誰とも仲よくすることができるようにする。

本時の展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点
10分	1 集合, 挨拶, 健康観察をする 2 本時のねらいを確認する 水遊びの行い方を知り, みんなで楽しく遊ぼう	
	3 用具の準備をする ○みんなで, 協力して準備をする。 4 準備運動をしてシャワーを浴びる ○みんなで準備運動をする。 ○みんなで順番に, シャワーを浴びる。	<ul style="list-style-type: none"> ●安全な準備の仕方を確認する。 ●けがの防止のために適切な準備運動を行うように, 実際に動いて示しながら伝える。 ●衛生と安全に気を付けたシャワーの浴び方を確認する。
20分	5 水慣れをする ○ゆっくりと水に入る。 ○パディやグループで水慣れをする。 6 水の中を移動する運動遊びをする ○水の中を移動する運動遊びの行い方を知る。 ○パディやグループで楽しく遊ぶ。	<ul style="list-style-type: none"> ●体に水をかけてから, ゆっくりと水に入るようにする。 ●水の中を移動する運動遊びの行い方について, 場を示したり, 実際に動いて示したりしながら説明する。
	水の中を移動する運動遊びの行い方の例 ○まねっこ遊び ・アヒル ・カニ ・カエル ・ワニ かがんで歩く = 水の抵抗を感じる 口から少しずつ息を吐く = バプリング プールの底を蹴ってジャンプして進む = ポピングへ 足を後方へ伸ばして手で歩く = 水面に水平な姿勢へ	<ul style="list-style-type: none"> ●いろいろな動物の歩き方をしてみましょう。 ●歩いたとき, どんな感じがするでしょうか。 ●回数や進む距離を選んで遊びましょう。
	水の中を移動する運動遊びの行い方の例 ○まねっこでのリレー遊び ・六名程度のグループになり, パディで一緒に歩きたい動物を選んで歩く。 ・プールの壁から壁まで選んだ動物になって歩き, 次のパディにタッチをしてリレーをする。 ・競走ではなく, 互いの歩き方を見て楽しむ。	

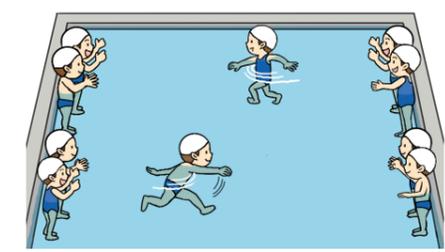
10分	7 もぐる・浮く運動遊びをする ○もぐる・浮く運動遊びの行い方を知る。 ○パディやグループで楽しく遊ぶ。	<ul style="list-style-type: none"> ●もぐる・浮く運動遊びの行い方について, 場を示したり, 実際に動いて示したりしながら説明する。
	もぐる運動遊びの行い方の例 ○丸い石, 平らな石 ○輪状の石 ○棒状の石 ・しっかりともぐらないと拾いにくい。 ・丸い石は, もぐらずに足の指でつかんで拾うこともできる。 ・プールの底で立つものは拾いやすい。 ・もぐらずに, 足を通して拾うこともできる。 ・プールの底で立つものは拾いやすい。 ・足を使って拾うのは難しい。	
5分	8 本時を振り返り, 次時への見通しをもつ 本時の振り返り ・水の中を移動する運動遊びの行い方について知ったことを, 発表したり書いたりしましょう。 ・水の中を移動する運動遊びをして楽しかったことを, 発表したり書いたりしましょう。	<ul style="list-style-type: none"> ●誰とも仲よくしようとしている様子を取り上げて, 称賛する
	○振り返りを発表して, 友達に伝える。 ●振り返りを発表したり学習カードに記入したりするように伝えるとともに, 気づきや考えのよさを取り上げて, 称賛する。(濡れないようにするため, 教室で記入することも考えられる) ◆学習評価◆ 知識・技能 ①水の中を移動する運動遊びの行い方について, 言ったり実際に動いたりしている。 → 水につかって歩いたり走ったりする水の中を移動する運動遊びの行い方について, 発表したり実際に動いたり学習カードに記入したりしていることを評価する。(観察・学習カード)	<ul style="list-style-type: none"> ●友達と一緒に遊ぶことに意欲的でない児童への配慮の例 → 友達と協力して一緒に取り組む水遊びを紹介したり, 友達同士で互いの動きのよさを認め合う機会を設定したりするなどの配慮をする。 ●水の中を移動する運動遊びの行い方を知ることが苦手な児童への配慮の例 → 個別に関わり, 行い方のポイントについて対話しながら確認したり, 自己や友達のよい動きを思い起こしたりするなどの配慮をする。
	9 整理運動, 用具の片付けをしてシャワーを浴びる 10 集合, 健康観察, 挨拶をする	<ul style="list-style-type: none"> ●適切な整理運動を行うように, 実際に動いて示しながら伝えるとともに, けががないかなどを確認する。

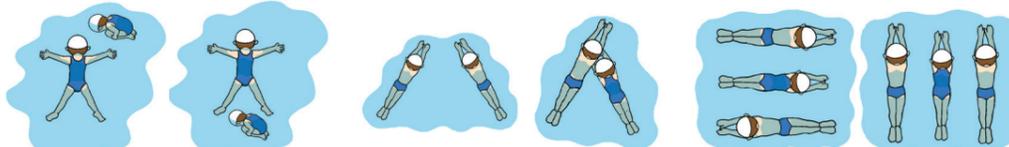
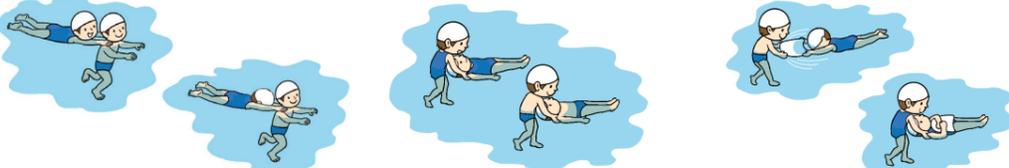
本時の目標と展開③ (6/10時間)

本時の目標

- (1) もぐる・浮く運動遊びの行い方を知ることができるようにする。
- (2) 簡単な遊び方や場を選ぶことができるようにする。
- (3) 水遊びに進んで取り組むことができるようにする。

本時の展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点
10分	1 集合, 挨拶, 健康観察をする 2 本時のねらいを確認する	
	水遊びの簡単な遊び方を工夫して, みんなで楽しく遊ぼう	
15分	3 用具の準備をする ○みんなで協力して, 準備をする。 4 準備運動をしてシャワーを浴びる ○みんなで準備運動をする。 ○みんなで順番に, シャワーを浴びる。	●安全な準備の仕方を確認する。 ●けがの防止のために適切な準備運動を行うように, 実際に動いて示しながら確認する。 ●衛生と安全に気を付けたシャワーの浴び方を確認する。
	5 水慣れをする ○ゆっくりと水に入る。 ○バディやグループで水慣れをする。 6 水の中を移動する運動遊びをする ○バディやグループで楽しく遊ぶ。	●体に水をかけてから, ゆっくりと水に入るようにする。
15分	水の中を移動する運動遊びの行い方の例 ○水中リレー  <p>手で水をかいたり, プールの底を力強く蹴ったりジャンプしたりしながら, 速く走りましょう。</p> <p>・五名程度のグループになり, 競走をする。</p>	
	7 もぐる・浮く運動遊びをする ○もぐる・浮く運動遊びの行い方を知る。 ○バディやグループで楽しく遊ぶ。	●もぐる・浮く運動遊びの行い方について, 場を示したり, 実際に動いて示したりしながら説明する。
もぐる・浮く運動遊びの行い方の例 ○くらげ浮き ○伏し浮き ○大の字浮き  ○バブリング ○水中じゃんけん  ・水中で口や鼻から少しずつ息を吐く。 ・バディで行う, 慣れてきたら連続して数回行う。		

15分	○もぐる・浮く運動遊びの簡単な遊び方を知る。 ○簡単な遊び方から, 自己に適した遊び方を選ぶ。	●もぐる・浮く運動遊びの簡単な遊び方について, 場を示したり, 実際に動いて示したりしながら説明する。
	もぐる・浮く運動遊びの行い方の例 ○いろいろな文字を浮いて表す ・「一」, 「人」, 「大」  ○いろいろな文字をもぐって表す ・「ん」, 「し」  ○友達と一緒にいろいろな文字を浮いて表す ・「犬」, 「太」 ・「八」, 「人」 ・「三」, 「川」  ○補助具や友達の補助で浮いて進む ・伏し浮きで友達につかまり, 引いてもらう。 ・背浮きで友達に支えてもらい運んでもらう。 ・補助具につかまり伏し浮きや背浮きをして友達に引いてもらう。  ○友達のよい動きを見付けたり, 考えたりしたことを伝える。 ●見付けたり, 考えたりしたことを伝えていてることを取り上げて, 称賛する。	
5分	8 本時を振り返り, 次時への見通しをもつ	
	本時の振り返り ・もぐる・浮く運動遊びの行い方について知ったことを, 発表したり書いたりしましょう。 ・もぐる・浮く運動遊びをして楽しかったことを, 発表したり書いたりしましょう。  ○振り返りを発表して, 友達に伝える。 ●振り返りを発表したり学習カードに記入したりするように伝えるとともに, 気付きや考えのよさを取り上げて, 称賛する。(濡れないようにするため, 教室で記入することも考えられる。) <div style="border: 1px solid red; padding: 5px; background-color: #f0f0f0;"> ◆学習評価◆ 知識・技能 ②もぐる・浮く運動遊びの行い方について, 言ったり実際に動いたりしている。 ➔ 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運動遊びの行い方について, 発表したり実際に動いたり学習カードに記入したりしていることを評価する。(観察・学習カード) </div> <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; background-color: #e0e0e0;"> ◎もぐる・浮く運動遊びの行い方を知ることが苦手な児童への配慮の例 ➔ 個別に関わり, 行い方のポイントについて対話しながら確認したり, 自己や友達のよい動きを思い起こしたりするなどの配慮をする。 </div>	
9 整理運動, 用具の片付けをしてシャワーを浴びる	●適切な整理運動を行うように, 実際に動いて示しながら伝えるとともに, けががないかなどを確認する。	
10 集合, 健康観察, 挨拶をする		

本時の目標と展開④ (10/10時間)

本時の目標

- (1) 息を止めたり吐いたりしながら、いろいろな姿勢で水にもぐったり浮いたりして遊ぶことができるようにする。
- (2) 友達のよい動きを見付けたり、考えたりしたことを友達に伝えることができるようにする。
- (3) 水遊びに進んで取り組むことができるようにする。

本時の展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点
10分	1 集合, 挨拶, 健康観察をする 2 本時のねらいを確認する	
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> 水遊びの簡単な遊び方を工夫してみんなで楽しく遊んで、学習のまとめをしよう </div> ○本時のねらいを知り、自己のめあてを立てる。 3 用具の準備をする ○みんなで協力して、準備をする。 4 準備運動をしてシャワーを浴びる ○みんなで準備運動をする。 ○みんなで順番に、シャワーを浴びる。	
15分	5 水慣れをする ○ゆっくりと水に入る。 ○パディやグループで水慣れをする。	● 体に水をかけてから、ゆっくりと水に入るようにする。
	6 水の中を移動する運動遊びをする ○簡単な遊び方や場を選び、パディやグループで楽しく遊ぶ。	● 水の中を移動する運動遊びに進んで取り組もうとしている姿を取り上げて、称賛する。
10分	7 もぐる・浮く運動遊びをする ○簡単な遊び方や場を選び、パディやグループで楽しく遊ぶ。	● もぐる・浮く運動遊びに進んで取り組もうとしている姿を取り上げて、称賛する。 <div style="background-color: #f8d7da; padding: 5px; border: 1px solid #c3e6cb;"> ◆学習評価◆ 主体的に学習に取り組む態度 ①水遊びに進んで取り組もうとしている。 ➔ 水の中を移動する運動遊び、もぐる・浮く運動遊びに進んで取り組もうとしている姿を評価する。(観察・学習カード) </div>
	○友達のよい動きを見付けたり、考えたりしたことを伝える。	● 見付けたり考えたりしたことを伝えていることを取り上げて、称賛する。
10分	8 単元を振り返り、学習のまとめをする	
	<div style="border: 1px solid #007bff; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> 本時の振り返り ・単元の学習で楽しかったことやできるようになったことを、発表したり書いたりしましょう。 ・学習したことで、今後も取り組んでいきたいことを、発表したり書いたりしましょう。 </div> ○振り返りを発表して、友達に伝える。 9 整理運動, 用具の片付けをしてシャワーを浴びる 10 集合, 健康観察, 挨拶をする	
		● 振り返りを発表したり学習カードに記入するように伝えるとともに、気付きや考えをよさを取り上げて、称賛する。(濡れないようにするため、教室で記入することも考えられる) ● 適切な整理運動を行うように、実際に動いて示しながら伝えるとともに、けががないかなどを確認する。



2学年間にわたって取り扱う場合

【第1学年における指導と評価の計画(例)】

時間	1	2~5	6~9	10	
ねらい	学習の見通しをもつ	水の中を移動する運動遊びの行い方を知り、楽しく遊ぶ	もぐる・浮く運動遊びの行い方を知り、楽しく遊ぶ	学習のまとめをする	
学習活動	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> オリエンテーション ○学習の見通しをもつ ・学習の進め方 ・学習のきまり ・水遊びの心得 ○水慣れ ・不安感を取り除き水の心地よさを味わう </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> 水の中を移動する運動遊び ○水慣れ ・不安感を取り除き水の心地よさを味わう。 ○水の中を移動する運動遊び ・まねっこ遊び ・電車ごっこ ・鬼遊び </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> もぐる・浮く運動遊び ○水慣れ ・不安感を取り除き水の心地よさを味わう。 ○もぐる・浮く運動遊び ・壁や補助具につかまって浮く ・パプリング ・水中じゃんけん </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> 学習のまとめ ○みんなで、水の中を移動する運動遊びをする ・リレー遊び ○みんなで、もぐる・浮く運動遊びをする ・水中じゃんけん大会 ○学習のまとめをする </div>	
	知識・技能		①・③ 観察・学習カード	②・④ 観察・学習カード	
	思考・判断・表現		① 観察・学習カード	② 観察・学習カード	
	主体的に学習に取り組む態度	④ 観察・学習カード			① 観察・学習カード

【幼稚園等との円滑な接続を図るための工夫(例)】

- 「水慣れを通して不安感を取り除き、水の心地よさを味わう」ために
 幼児期の水に対する経験は児童によって多様です。低学年では、水に対する不安感を取り除き、水遊びに進んで取り組むことができるようにします。
 そのため低学年のはじめは、水慣れの時間を十分に確保し、水に入るときや水に顔をつけるときは、徐々に水につける部分を増やしたり楽しい遊びをしたりすることで、無理なく水に慣れるようにしましょう。

(例) ・体に水をかける：足先→膝→もも→腹→胸→肩と徐々に水をかける部位を増やす。できる部位まで無理をせず徐々に増やすようにする。
 ・水に顔をつける：顎→口→鼻→目→頭と徐々に水につける部位を増やす。できる部位まで無理をせず徐々に増やすようにする。

- 「息を止めたり吐いたりしながら、もぐったり浮いたりする」ために
 日常生活では、無意識に呼吸をしています。低学年では、もぐったり浮いたりする際に、その動きによって息を吸って止めたり吐いたりすることができるようにします。
 そのため、低学年のはじめは、水に入る前の準備運動などで息を止めたり吐いたりする活動をしたり、水に入ってから徐々に水につける顔の部位を増やすパプリングや楽しい行い方でできるもぐる遊びなどをしたりしましょう。

(例) ・プールサイドで教師が数える数などに合わせて、息を止めたり吐いたりする。シャワーを浴びながら、みんなで数を数えたり歌を歌ったりする。
 ・パプリング：口→鼻→目→頭と徐々に水につける部位を増やす。水中でじゃんけんやにらめっこをする。

【第1学年において重点を置いて指導する内容(例)】

- 知識及び技能
 顔に水がかかったり、水の中で息を止めたり吐いたりしても怖かったり苦しかったりしないことを知るとともに、顔に水がかかったり水にもぐったりする活動を楽しみながら行うことで、水に対する不安感を少しずつ取り除くようにしましょう。水に慣れ不安感がなく遊ぶ中で、水の抵抗や浮力に負けないように動いたり、息を吸って止めたり吐いたりすることができるようにしましょう。
- 思考力、判断力、表現力等
 水に対する不安感に応じて、無理なく活動できる場や楽しく遊べる遊び方を選ぶようにします。児童が、水の楽しさや心地よさを味わうことで、友達と一緒に遊びながら選ぶ場や遊び方が広がるようにしましょう。
- 学びに向かう力、人間性等
 水遊びの心得は、命に関わる重要なものです。パディシステムでの人数確認やプールでのきまりを守ることなど、安全に気を付けることは第1学年において確実に指導しましょう。また、水に対する不安感がある児童には、無理のない段階的な活動を選ぶようにいろいろな場を準備したり、少しでもできるようになったことを称賛したりすることで、児童が水の中での運動遊びの楽しさに触れ、進んで運動に取り組むことができるようにしましょう。