

# たくましい子を育てる指導

—— 水泳指導を中心として ——

足利市立大橋小学校 亀井 義 勇

## 1. はじめに

本校では、望ましい子ども像として、「心身が健康でたくましい子」「心が豊かであたたかみのある子」「よく考え本気で勉強する子」「きまりを守り、仲よく協力する子」「責任を重んじ、心をこめて働く子」の5つをあげている。そして、このような子どもに育っていくようにと、四部門に分けて活動を行っている。四活動とは①体力意志力を育てる活動、②豊かな心を育てる活動、③働くよこびを育てる活動、④自ら学ぶ意欲を育てる活動である。

これから述べる、「たくましい子を育てる指導」については、体力意志力を育てる活動で実践されてきた内容が主になる。

「健康でたくましい体」といっても、いろいろな側面が考えられる。大人の場合であれば、筋骨たくましい体が多く想像されるが、小学生の場合には「たくましい子ども」といえば、むしろ「苦しいことに耐えぬき、あるいは困難な障害を克服してやりとげていく」、そんな姿や動きのできる体を思い浮かべる方が妥当と思われる。子どもの立場でいえば、「運動がほんとうに楽しい、好きで好きでたまらない、やりたくてしかたがない」といった、元気はつらつとした子どもである。体力意志力の部では、そのような子どもに育てたいと考えて、いくつかの具体的な場を設定した。

たくましい子を育てる場として、運動会、水泳（泳げない子の指導、選手の特訓）、水泳記録会、部活動、陸上記録会、持久走大会、なわとび大会などがある。これらは、無理がないように、しかも児童の興味や関心が持続して、進んで運動に参加できるように、実施の時期や期間を考慮して年間計画に位置づけた。

## 2. たくましい子を育てるための活動計画

活動計画を作成するにあたっては、児童が負担加重にならないように、行事が立てこむことによって他の教育活動に影響を及ぼさないようにと考え、実施の時期や期間を考慮して計画を立てた。また、全校がひとつの目的に向かって活動できるようにということと、練習の過程をだいにすることと、適切な期間をもちけてその効果をねらった。

それらの活動計画を月ごとの表にすると次のようになる。

運動ごよみ												たくましさ育てる指導		
月	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月			
体 育 的 行 事		小運動会	スポーツフェスタ		市内水泳記録会 市陸上記録会 市体操記録会	校内水泳記録会 市陸上記録会	運動会	陸上ミニ大会 スポーツフェスタ	陸上記録会	持久走大会				
		体操部	陸上部	水泳部	強化練習			持久走		なわとび	球技			

行事については変化とバランスを考えて、季節にあったものを列し、長期にわたって継続するものと、一定期間で目的を達成するものとを組み合わせで計画した。

大会や記録会を実施する場合は、競技に到る過程をだいたにする意味で、学年単位のミニ大会を行って気分を盛りあげたり、練習に記録カードを持たせたりした。

次に、体力づくりとして行った陸上記録会、持久走大会、なわとび大会についての概略を簡単に述べてみる。

#### (1) 校内陸上記録会

たくましさを育てる活動のひとつとして、11月下旬に陸上記録会を実施している。幸いなことに市営グラウンドが利用できるのので、そこを使い4年生以上全員参加のもとに行っている。ねらいは陸上競技に関心をもたせることと、陸上運動を通して基礎体力の増進をはかることである。

市の記録会と同じ方法や内容で行っている。種目は、トラックの部では100m(全員)、400m(女子)、1,000m(男子)、80mハードル、リレー、フィールドの部では、走り幅とび、走り高とび、ソフトボール投げである。この大会は、日頃の練習成果の発表の場として、鍛えられ磨きぬかれた技をぶっつけ合ひのように、練習の充実を図った。学年では、記録会前にミニ大会を開き、練習と選手選考を兼ねて種目ごとの競技会を開いた。児童の大きな目標は記録会とし、当面の目標はミニ大会に置いて、朝夕の練習に励む。今年度も数多くの記録が生まれた。

#### (2) 持久走大会

陸上記録会が終了すると、持久走による体力づくりに移る。3年生以上が参加し、水曜日を除く月曜日から金曜日までの放課後を使って一斉に5分間持久走をする。走った周回数を個人カードに記録し、目標をめざしてがんばれるようにした。少しずつでも意図的に根気強く走ることが体力づくりのために大切である。

持久走大会は12月中旬に、これも市の陸上競技場とトリムコースの一部を使って行った。距離は4年生が1,000m、5・6年生が1,500mである。4年生以上が全員参加し、学年別男女別に走って上位5位までを表彰する。完走した児童には、全員に完走賞をあげて努力を認める。今年度は特殊クラスの子もはいて、一人の落ご者もなく全員完走した。

#### (3) なわとび大会

持久走の後は、なわとび記録カードを使つてのなわとび運動にはいる。これは全校一斉に行われ、随時学校内で行った。友だち同士で数え合いながらカードに記入していく。カードは級カードと段カードの2種類を準備した。級は5級から特級まで6段階、段は初段から名人まで6段階にわかれている。規定数をとぶと合格印が押されて昇級していく。1月から2月までの間、児童はこのなわとびによる体力づくりをしている。

そして、2月下旬になわとび大会が開かれる。学年別に実施し、ふつとび、うしろとび、二重とび、交差とびの種目を、とんだ回数や時間によって配点し、種目別得点や総合得点を競う。児童は、この大会を練習成果の発表の場として楽しみに練習している。

以上がたくましさを育てる活動である。

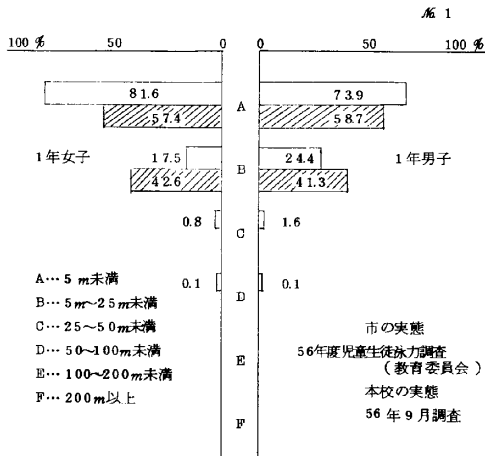
### 3. 水泳指導をとおしてたくましい子を育てる

児童は水泳を好み、水の中では疲れを知らなくてよく動きまわる。水の中では陸上と違って水の抵抗が加わる。その抵抗を押しつけて進み、動きまわるエネルギーはたいへんなものである。

陸上はすべての運動の基礎体力を養うといわれるが、水泳は全身の筋肉が使われ、児童の発達からみてだいじな運動といえる。また、泳げることによって自分の身を守ることもできる。しかし、水に対する恐怖心や泳ぎ方を知らないために、泳げない児童もたくさんいる。体力づくりとしては最適な水泳に少しでも興味を持ち、進んで泳ぐような児童になってほしいと願って、本校では、特に適時性を考えて、水泳指導の充実を図ることにしている。

#### (1) 本校泳力の実態

市の泳力調査結果と本校との比較

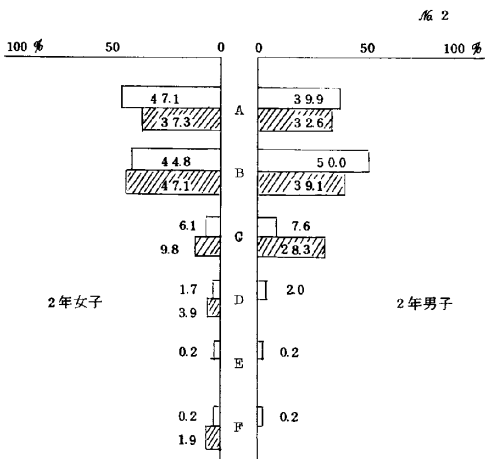


本校児童の泳力の実態を、56年度の市の児童泳力調査集計結果と比較しながら、検討してみた。

#### ア 学年別の実態

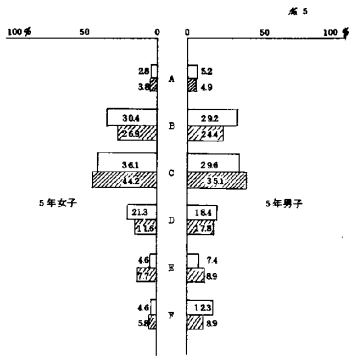
1年生では5m~25m未満の児童が40%強あり、浮いて、少し進める泳力の児童が多くいることがわかった。

2年生では、5m以上の泳力をもつ児童が、男子は3分の2、女子は5分の3になり、半数以上の児童は、何らかの形で浮いたり、泳ぐことができる。



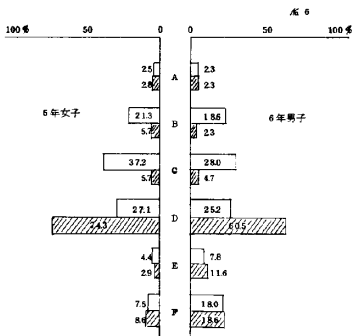
3年生では、泳げる児童と泳げない児童との差に開きがある。男子の場合、泳げる児童は半数以上が25m以上の泳力をもつが、まだ泳げない児童が4分の1もいることがわかる。この点、女子の方は80%以上が、わずかでも泳げることをしめしている。

これは4年生にもいえて、男子に比べ、女子は距離は伸びていないが、泳げる割合が高いことがわかる。これは、男子が球技系の運動を好み、町内少年野球・ソフトボールについて、興味を向けてしまうためではないかと考えられる。



5年生では、泳げない児童はわずか4~5%、人数にして5~6人程度で、95%以上は泳げるようになる。また、4分の3以上の児童は、25m以上の泳力をもつようになった。

それが6年生になると、90%以上の児童は50m以上を泳ぐ力を持ち、25m以下の泳力は男子では10%、女子では14%である。

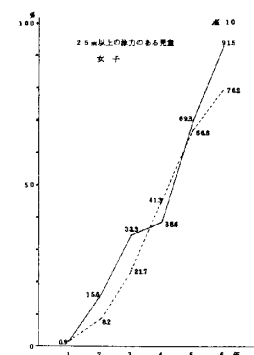
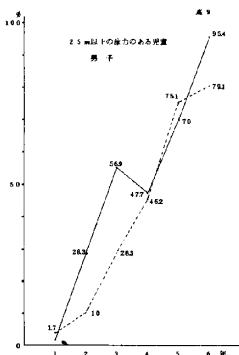
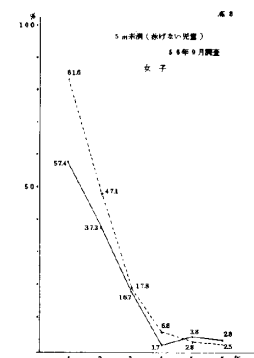
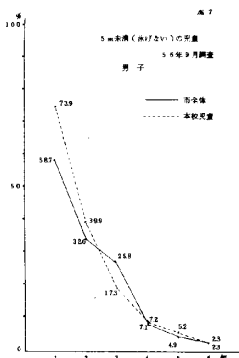


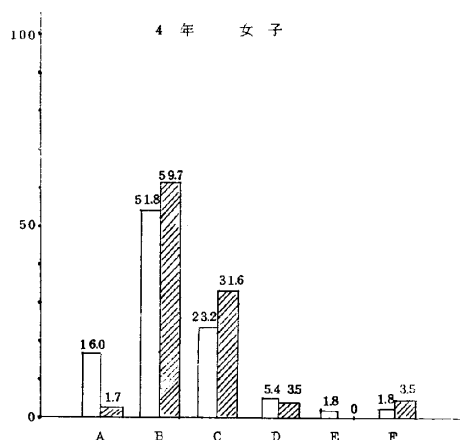
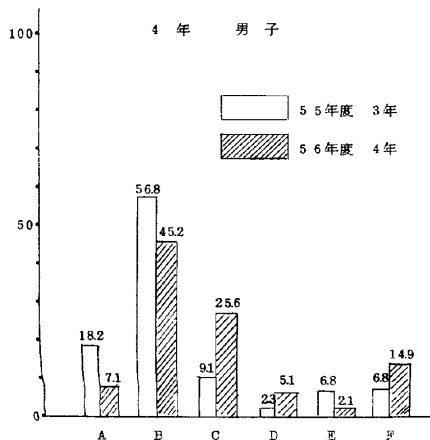
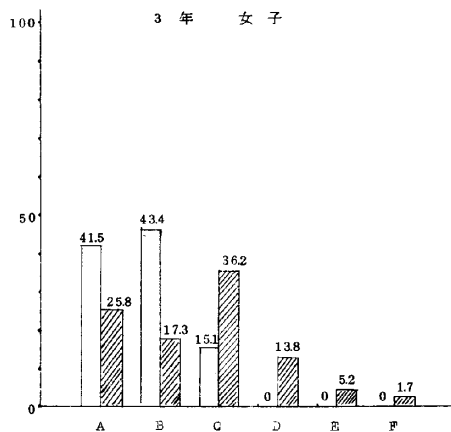
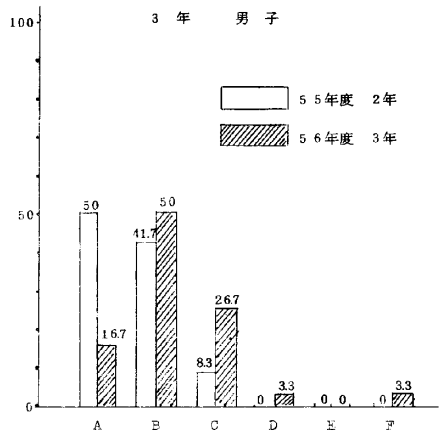
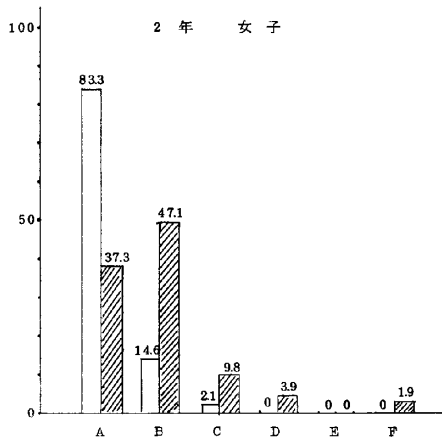
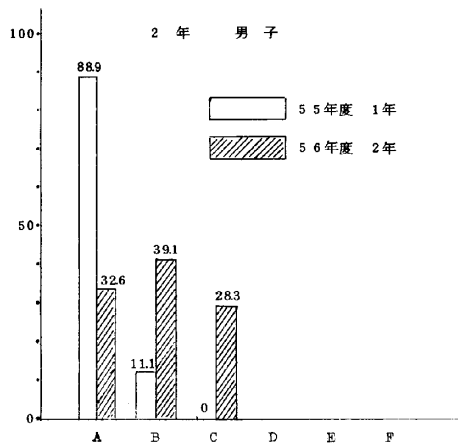
### イ 市の調査との比較

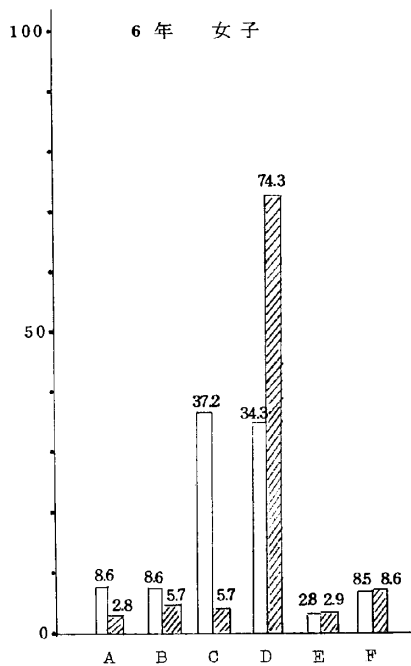
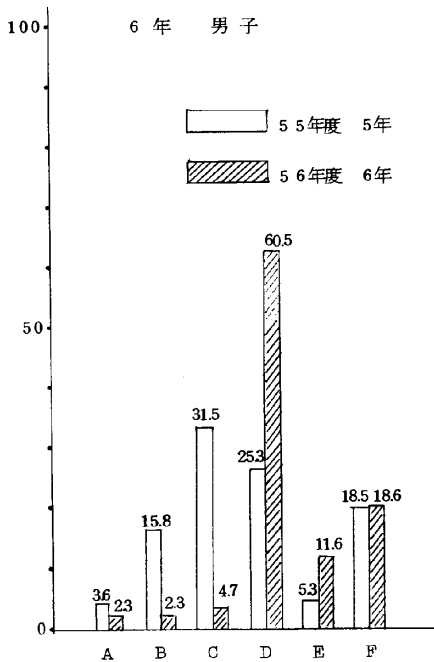
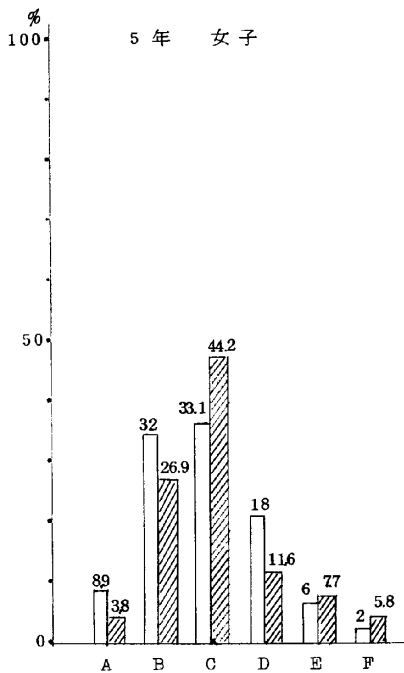
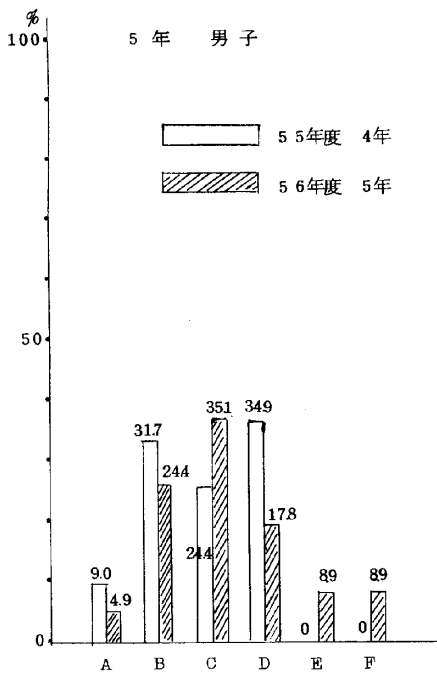
泳力5m未満の泳げない児童の割合は、市の平均に比べ3年生ではわずかに多くなっているが、あとはどの学年においても割合が少なくなっている。特に女子の方で、3年生から4年生までの減少が著しいといえる。

一方、25m以上の泳力をもつ児童の割合は、4年女子と5年男子の他は市の平均を上まわっている。特に、3年の男女が市の泳力調査に比べて割合は多くなっている。男子はおよそ半数、女子では3分の1が25m以上の泳力をもっていることがわかった。

泳力5m未満の児童の割合は、2, 3, 4年と進むにつれて半減していき、4年生の夏には非常に少なくなってしまう。この傾向は女子はもっとも著しく、4年生で泳げない児童はわずか数%である。そのため、2~4年生までの初期の水泳指導がいかに大切であるかが実証できる。この時期に集中指導によって指導して、泳力や泳法を習得させることが最も効果があることがわかった。







## ウ 泳力の伸び(去年との比較)

泳力の伸びをみるために、昨年度の調査結果と比較したグラフを作成してみた。

2年生男子では、泳げなかった(泳力5m未満)児童の約63%、女子では約55%が泳げるようになっている。女子に比べ男子の方がやや多い。1年間の成長のあとがうかがえる。

3年生でも同じように、男子は37%、女子は67%が泳げるようになっている。また、25m以上の泳力になると、男子は49%、女子は27%が泳げるようになった。

この結果から、女子は泳げるようになっているが距離がのびていない。男子は泳げる子はどんどん泳力を伸ばしているといえる。

4年生では、泳げない児童はほんの数%で、前年度に比べて25m以上距離を伸ばした児童は男子が30%、女子が9%で、男子の伸びの方が大きい。ここでも3年生と同じように女子は泳げるようになっているが距離が伸びていない。

また、5年生では25m未満の児童が、それ以上泳力を伸ばした割合は男子が28%、女子が25%で、ほぼ4分の1が昨年度より距離を伸ばしている。

同じように6年生では、男子が76%、女子が50%で、最後の学年ということもあり、高い割合をしめしている。およそ9割の児童は50m以上の泳力をもっている。

## (2) 泳力進級表による水泳指導

本校では児童の泳力によってクラスわけをしている。A、B、ミニの3クラスで、Aクラスは黄色帽を着用し、25m以上の泳力があつて、2種目以上の泳ぎができる児童。Bクラスは、5~25mの泳力がある児童で、白帽で色分けをしている。このクラスまでが主に大プールを使つての水泳になる。ミニクラスは泳ぎの達者でない児童が主で、大プールに隣接した深さ60cmのミニプールで遊泳を行い、赤い帽子で色分けをしている。このミニプールは、底が浅いために水に対する怖さも少なく、腰まで水につかりながらの水かけっこや鬼ごっこなどしているうちに水に慣れて、顔がいれられるようになってくる。

(1) 校内検定

- 学年およびクラスで行う。
- 夏休み中はプール当番が行う。

## 泳力進級表

A クラス		B クラス		C クラス		線
1 級	50 m 以上で市の標準記録突破 200 m 以上を自由な泳法	1 級	25 m 以上を自由な泳法	1 級	けのび 水中の石ひろい	黒線 2 本
2 級	50 m 以上を自由な泳法	2 級	15 m を自由な泳法	2 級	顔や頭が水にいれられる	黒線 1 本
3 級	25 m 以上で 2 つの泳法	3 級	自由な形で 5 m	3 級	水中を歩く	
黄色の水泳帽		白の水泳帽		赤の水泳帽		
大プール使用				ミニプール使用		

このように泳力によって泳ぐ場所を決めたり、帽子の色分けをすることによって、安全面や下学年への思いやりを考えている。

また、進級方法をとって、泳力が伸びるに従って進級できるようにしている。これは、自童自ら次の目標を持って水泳練習ができるようにということと、級がひとつの励みになるようにという考えからである。

進級のために、校内検定制度をもうけ、授業時間や特定の検定日に希望の児童にはどんどん泳がせるようにしている。

小さなステップの積み重ねが、やがて大きな目標に到達するという考えで、9段階に分けた進級方法をとっている。常に自分の目標をきめてがんばれる児童であってほしいと考えている。

合格した児童には、努力賞として黒線を与え、級を認めてやっている。1級は2本、2級は1本を帽子のふちに縫いとることにしている。

水の中で必死に泳いでいた顔とは対照的に、合格して黒線をもらうときの顔はほころび、いかにもうれしそうである。この喜びが次へのステップを目指す励みになるものと考えている。

次に、本校で行っている初心者を対象にした水泳教室について述べてみたい。

(3) 泳げない児童を対象にした水泳教室（集中指導）

自分では思いきって水の中には入れない。はいれるけれども横になって水に浮かべない。顔はつけられるけれども手足をバタつかせるだけで進まない、などの児童がたくさんいる。そういう児童もわずかの練習で水に慣れ、泳げるようになるものと思われる。そこで、初心者にあった指導によって恐怖心を除き、水に浮く感覚をつかませてあげたい。そして、4年生以上になったらだれもが泳げるようにという願いをこめ、まだ泳げない児童を対象にした水泳教室を開いている。



ブールの密度のこくした利用法のひとつとして、教室開催時間は夏休み初めの1週間で、午前9時から10時までを使い、3・4年生の泳げない児童を対象にしている。本人の希望や担任の推せんによって入級し、特別練習計画によって指導を受ける。指導者は体育、水泳部担当者、3・4年担任があたる。56年度は3年生が35名、4年生が12名参加した。

参加者の泳力内訳は次の通り

項 目	3年生(35人)	4年生(12人)
A 顔や頭が水に入れられない	1人	2人
B 顔や頭が水に入れられるが浮けない	10人	3人
C 浮けるが進めない	8人	2人
D 2~3m進むことができる	16人	5人

水泳指導にあたっては、児童の泳力によって、A、B、Cの3グループにわけた。Aグループは泳げない児童、B・Cはふしうきや2~3m泳げる児童。1グループ(12名程度)に1人の指導者がついて徹底した指導を行った。指導計画は別表の通りだが、泳力に応じて多少の組みかえを行った。

### 水泳教室指導計画

時間	0 10 20 30 40 50 60分											
第一日	腰かけバタ足		水なれゲーム		かべバタ足		水なれゲーム		ビート板バタ足		立ち方	ふしうき
第二日	腰かけバタ足	水なれゲーム	ひじかけバタ足	かべバタ足	水なれゲーム	ビート板バタ足		けのび	呼吸	面かぶりバタ足		
第三日	腰かけバタ足	ひじかけバタ足	かべバタ足	水なれゲーム	ビート板バタ足	水なれゲーム	けのび	面かぶりバタ足	呼吸	クロールのうでの練習	ビートの練習	
第四日	腰かけバタ足	かべバタ足	ビート板バタ足	水なれ	水中立ち	とびこみ	面かぶりバタ足	面かぶりクロール	横向き呼吸	クロールのコンビネーション		
第五日	ビート板バタ足	水なれ	面かぶりクロール	立ちとびこみ	面かぶりクロールで10メートル		クロールのうでの練習	クロールのコンビネーション	上級は平泳の足			
第六日	面かぶり	クロールのコンビネーション	上級は平泳の足	クロールのテスト					水あそびゲーム			

#### 水なれゲーム

- ア 水にされるためのゲーム……おずみとねこ、汽車ボッポ
- イ 水中でバランスを保つためのゲーム……水中花、水中パレー、材木渡し
- ウ とびこみの基礎となるゲーム……またぐり、潜水かん跳ぐり

#### 初心者の指導(指導のポイント)

1. クロール
- 伏せ面(2人組) → 顔を水につける
  - 伏しうき → 真下を見る
  - けのび → 足を動かす
  - ばた足 → 手を使って泳げ
  - 面かぶりクロール → 「口から息を吸うこと」「吐くのは鼻、口から除く」
2. 平泳ぎ
- 手をかく → 「手の動きは小さく」「両手でハートをかきように動かす」「水を平らに押す」
  - 水をキックする → 「補助者が水にはいって直接にその部分に手をそえて矯正してやる」

それでは、Aグループを中心に、指導の実際について述べてみたいと思う。

#### (4) 指導の実際

このグループは、顔が入れられない児童3人（H. M3年男, K. S4年女, M. A4年女）を含む12人で、3人の他はみな水に浮ける程度であった。最初は水に対する恐怖心を取り除いてやることから始めた。

##### ア 恐怖心を取り除く

水をこわがる原因としてはいくつか考えられる。顔が水につかるために口や鼻に水がはいり呼吸ができないと考えたり、耳や目にもはいるのでいやな感じになり、これらが恐怖心につながっていくと思われた。

M子は、顔を水の中に入れてもすぐ苦しそうにあげてしまい、両手でせっかちに顔をぬぐい体を硬直させてします。授業中も腰まで水にはいるが、泳がないでプールサイドで休んでいることが多い。家庭でも、髪を洗うときなど顔に水がかからないように神経を使っているような様子であった。そういう児童もいることなので、特に3人の児童については時間をかけて、シャワーでの洗眼から始め、プールサイドでの水かけ遊び、その他いろいろなゲームを通して徐々に恐怖心を取り除くようにしていった。

それらの水遊びを通して、次第に顔や頭が水に入れられるようになった。ところが、体が横になるとまた怖がる様子を見せる。いわゆる不安定から来る恐怖感で、水以外は何も体に触れるものがない頼りなさが恐怖心に結びついたものである。これも、水中でのゲームや水なれ遊びを通して取り除いていくことにした。長い列をつくってプールの中を自由に動きまわる自動車ポッポや2人組での水中散歩を行い、水圧をはだて感じて水に慣れさせるようにした。次第に児童の緊張感がとれていった。

##### イ 浮く感覚をつかませる

水中にはいると地上にいるときとは重心の位置が変わってくる。水に浮いた形のときは、立っているときより上にあるが、それが慣れないと不安定になり怖さにつながってくる。

一方、重心の移動による感じ方が普通になった場合は、水中に体をあずけて浮く楽しさも味わえる。今まで水中で横になったことがないH男は、仰向けにねかせて体を支えてやると、非常に喜んだ。その他、腰かけバタ足やかげを使ったバタ足の合い間に、浮く感覚をつかむためのゲームをいくつか行った。全員が水中で手をつなぎ、ぐるぐるまわって1人おきに足を伸ばして浮きあがる、水中花などは子どもがたいへん喜んだ。

##### ウ 進む感覚をつかませる

ひざを抱いた状態でのだるまりきやかめ浮きをして、体に力を入れられないようになると、水中に体を投げ出した伏し浮きができるようになる。伏し浮きの状態が安定してできるようになったら、そっと体を押してやる。この状態で児童は進む感覚を身につける。進むことによって浮力も増し、安定した浮き方を身につけるようになる。なれてきたら、友だち同志で両側からゆっくり引つ張らせると進む距離も長くなる。材木流しと言っているが、これもたいへん興味をもったゲームだった。

エ 足を使って進む

力を抜いた状態でも浮けるようになったら、足を静かに動かすようにさせる。足全体を使っても打つようにさせると、効果的なビートになる。これは頭で覚えるのではなく、体を通して覚えるものだから、プール壁やビート板を使って繰り返し練習させる必要がある。ここでもそういった練習の合い間に、いかだ押しやビート板競争などのゲームを取り入れて行う。いかだ押しはビートの両端を2人で持ち、パタ足で同時に押し合う競技である。強い打ち方をしている方が相手を押し負かすことになる。H男やM子も足が下に沈んだ状態、いわゆる自転車こぎの状態でも水を打つのでうまく進まない。そこで、力を抜いて水を打つように指示し、繰り返し根気よく矯正していった。

オ 腕を使って泳ぐ

腕を伸ばした状態で、パタ足をして進むようになったら腕をつける。プールサイドで腕のかき方について練習する。「頭の先の方で遠くの水をつかむ、腰の方へ力いっぱいかき寄せる。その腕をひじから抜いて頭の方へもっていく。」という理屈だが、水の中にはいるとそうはいかない。子どもたちは夢中になるとかくというより、手足をバタつかせるだけになる。そこで

水泳教室参加者の泳力一覧

(出席日数4日以上)

順	名前	入水時の泳力	出席日数	泳げた距離	備考	順	名前	入水時の泳力	出席日数	泳げた距離	備考
1	S・M	D	6	25m	3年男	1	M・T	B	5	10m	3年女
2	S・K	B	5	5*	*	2	T・I	B	6	7*	*
3	H・M	A	5	3*	*	3	K・Y	D	4	6*	*
4	J・K	D	6	7*	*	4	T・S	D	5	8*	*
5	T・Y	C	5	8*	*	5	Y・K	C	5	5*	*
6	M・Y	D	6	15*	*	6	Y・T	D	6	7*	*
7	S・H	C	5	5*	*	7	Y・K	D	6	8*	4年女
8	M・W	D	6	12*	*	8	M・K	D	4	7*	*
9	Y・K	C	4	8*	*	9	H・Y	D	6	25*	*
10	M・W	D	4	10*	*	10	K・S	A	4	7*	*
11	H・H	D	4	12*	*	11	T・T	D	4	12*	*
12	N・Y	D	6	14*	*	12	Y・M	C	6	6*	*
13	M・H	B	6	6*	*	13	M・A	A	4	6*	*
14	H・K	D	5	10*	*	14	H・M	D	4	9*	*
15	K・E	C	4	8*	*						
16	N・H	D	6	15*	*						
17	S・K	B	6	5*	4年男						
18	M・Y	C	6	7*	*						

入水時の泳力  
 A 顔や頭が水に入られない。  
 B 顔や頭は水に入られるが浮けやすい。  
 C うけるがうまく進めない。  
 D 2〜3m進むことができる。

肩を水の中に深く入れさせ、ゆっくり大きく腕をまわして、水を力強くかくことから始めた。頭を入れた状態で手足を使って泳ぐと5〜10mぐらいは進むようになり、泳ぐおもしろさを感じてきたようで、距離を伸ばそうと努力する様子が見られた。

カ 息つきをして泳ぐ

児童が水を怖がるもう1つの理由に、呼吸のときの息苦しさがある。水中では体に重さがないために、空気を吐き出すとき特別な力を必要とする。そのため呼吸がうまくできないと息苦しさを感じる。これはまた長く泳げない原因にもなる。

そこで、プールサイドにつかまっでの呼吸練習になる。「口から息を吸い」「鼻や口から徐々にはく」、これを繰り返し練習し、横向き呼吸にはいる。児童は息苦しいために、どうしても頭を高くあげてしまう。「わきの下から後ろを見る」、「口だけをあげなさい」

という指示をして、頭を高くあげさせないようにする。4日目の後半は泳ぎながらの息つきを入れてみる。途中1, 2度の息つきを入れるとプールを横断できる児童もでてきた。H男やM子は1, 2度息つきをすると、苦しくなって立ってしまうが、5~6m進むようになった。

#### キ 立ちとびこみで安全な着水

4日目に、安全な着水練習のひとつとして、立ちとびこみを練習する。逆とびこみとちがって恐怖心は少ないが、目の高さ水面までの距離があるので、子どもにとっては怖さを感じる。

手を横に広げて水を押さえ、足を前後に開いた状態で軟らかく着水する。男の子は要領を覚えるとおもしろがって何回もとぶ。最初の日に水を怖がっていたM子もK子も友だちに刺激されたのか、思いきってとびこんだ。もう水が顔にかかってもあわててふくこともしなくなった。

#### ク クロールのコンビネーション

手足をバランスよく動かして泳ぐクロールの総仕上げ。息つきを入れると、せつかく覚えた手や足の動きがバラバラになってしまう。そこで、今まで練習した面かぶりクロールと息つきクロールを繰り返しながら、徐々に距離も5~10m, 10~15mと伸ばしていく。休み時間もだんだん少なくしてくり返す。こうして泳ぎこんでいくと無理のない正しいフォームが身についてくる。5日目に特に注意したのは、手と足のタイミングで、右手をかくときは右脚を、左手をかくときは、左脚を強くキックすることであった。

#### ケ 6日間の成果

最終日に一人ひとりを泳がせて、泳力テストをする。成果の発表とあってどの顔も緊張ぎみであった。3年生のH男はあわてたのか途中で水をのみ3m。4年生のK子は7m。そして顔を入れるのをこわがっていたM子は6m泳げた。まわりの友だちからも拍手を受け、満足の様子だった。

## 4. おわりに

3・4年を対象にした水泳指導は、今までよく泳げないでしまった児童に、泳ぐという基礎能力を身につけさせる指導を徹底的に行うことにある。この指導を通して泳ぐという基本を身につけた児童は、今後の技術指導や子どもたちの相互学習によって、ひとりでに伸びていき、さらにより速く長く泳げるようになっていくものと思う。

水泳シーズンは限られた期間であることからして、できるだけ多く水に親しみ、練習に励むことが大切である。そのため本校では、日曜日は学校のプールが開かれないので、市のプールを活用することを奨励している。また、水泳部を設置して、速く長く泳げる児童を育成するための特別指導も行っている。