

平成23年度 小学校水泳実技・審判実技研修会開催



本年度も市内の小学校の先生を対象に「小学校水泳実技・審判実技研修会」が岡山市立山南拠点プールで開催されました。

研修の前半は審判実技の研修を中心に行いました。スタート台からの飛び込みをしなくなって以降、水中からのスタートに移行しましたが、水中での姿勢やリレーの引継などスタート場面にポイントを絞って講師の先生から丁寧に教えていただきました。また、平泳ぎの水中での『ひとかきひとけり』についても共通理解を図りました。お手伝いをしていただいた岡山大学の学生さんたちにわざと不適切な泳ぎ方をしてもらい、協議して間違っているポイントを指摘する場面を設定するなど、より実際の場面に即した研修となりました。

後半は「クロール」の泳法を中心に実技研修を行いました。キックやプルの基本など講師の先生から丁寧に教えていただきました。腰掛けキックの足首の使い方や水のけり方、プルでは「ゲー」「チョキ」「パー」でかくことで手に水の重みを感じる工夫を実際に体験しました。

これから本格化する水泳指導に生かせる内容ばかりでした。

