

### シリーズ3) カリキュラムの基本的な考え方

#### \* 初心者指導のカリキュラム(指導順序)とは？

私たちイトマンスイミングスクールでは、指導する順序について、人間が水泳を習うには、どのような順序で習うことがよいかを考えた結果、現在の順序となっています。

簡単に指導順序を説明すると、始めに呼吸動作の基本を習得、次に水泳の基本姿勢の習得、その姿勢にバタ足(キック動作)をつけるように指導しクロールへ導入していきます。

次にそのバタ足(キック動作)のイメージを持ちながら、反対姿勢(背浮き)から背泳ぎへ導入、下向き(クロール)、上向き(背泳ぎ)を習得したことで水に対する恐怖心が除去出来たと考え日本人が得意と思うカエル泳ぎ(平泳ぎ)へ繋げます。四つの泳法の最後になりますが、バタフライになります。

#### \* 段階指導で躓きを減少させる

イトマンの指導法は、段階別に指導を行うようにしています。同じ級に在籍していても個人の習得状況には差があること、そして個人の理解力や理解の仕方にも個性があることを鑑みて、授業の中で、個人に指導する場面と全体に指導する場面を作り、出来る限りの個別指導を行い、その個人に合った指導用語を使い段階を持って指導用語使用しています。

技術の習得には段階があること、最初の段階から高等テクニックを指導しても習得することは難しいですが、少しずつの段階を踏めば多くの人に習得することができると考えています。

多くのオリンピック選手もそうであったように始めは、水に顔をつけられなかったり、泳げなかったり少しずつ泳ぐ技術を習得して、速く泳ぐための技術を習得して来ました。

その段階を出来るだけ小さな段差にすることで、躓く生徒を減少させる為に、スモールステップの30級のカリキュラムを導入しています。他のスイミングスクールに比して、多いように思いますが、進級という成功事例を多い方が良いとの考えから、級の段階多い、少ないを考えるよりも、小さな段差のスモールステップでの進級という成功事例を少しでも多くすることでの自分自身への自信を多く感じていただくことの方が良いと考えます。

#### \* 卒業という目標設定(継続は力なり)

スポーツの良さの一つに、目標を達成するというのがあります。

目標に向かい日々努力を続けること、苦しいことや悲しいことを乗り越え努力を継続すること進級するたびに在籍している生徒たちとの人間関係の構築などのいろいろな障害を感じながらも自分の目標に向かい思い悩み、支えてくれる人達(両親)への感謝などを感じて頂くことがとても大事なことであると思い、卒業という目標を設定しています。