

令和8年6月29日

5年生保護者の皆様

板橋区立志村第四小学校
校長 小宮 孝之

着衣泳のお知らせ

本校では体育の水泳領域「安全確保につながる運動」として、着衣泳の学習を行います。着衣泳の学習を通して、水の事故で慌てずに身を守る方法を知ってもらいたいと思います。いつもの水泳学習の時と持ち物が異なりますので、ご確認の上、ご用意ください。

記

1 日 時 令和8年7月10日（金） 雨天などの場合は13日（月）実施

2 時 程 3・4校時（10：35～12：10）

3 持ち物

①水泳の準備（水着、水泳帽、バスタオル）

②長袖、長ズボン、洗った靴

※洋服は、必ず洗濯した物を持たせてください。ポケットの中に何も入っていないことを確認してください。（ピン、紙くずなど）

※塩素により多少色が抜けることがあります。色が抜けても良い服を持たせてください。

※ジーンズのような生地の方が身体にまとわりつきやすく、動きづらさを実感できます。

③濡れた服を入れる袋（目立つように名前を記入してください。）

※水を吸収して、とても重たくなります。しっかりした袋や二重にしたレジ袋、ゴミ袋にしてください。

④1.5ℓ～2ℓの空のペットボトル1本（キャップ付き）

※浮き具として使用します。油性ペンで名前を大きく書いてください。

4 学習内容

○着衣のまま泳ぐことは危険であることを知る。

○友達が溺れている場面に遭遇しても絶対に助けに水中に入らず、助けを呼ぶことを理解する。

○誤って水に落ちたときには、慌てないこと、仰向けに浮くことが一番大切であることを知る。

○身近な物を使う、様々な姿勢で浮く体験をする。

○自分の命を守るためには泳力を身に付けることが重要であることを改めて知る。