

令和7年10月14日(火)



今日は、1年生の水泳授業がありました。二つのクラスがバスに分乗して民間プールへ向かいました。私も出張等が重ならなければ、引率者の一人として一緒にバスに乗ります。水泳指導は、体育科の先生方が行うので、私は現地で見学生徒の自習監督役です。授業は、水慣れと基本の運動を経て泳力別に学習を進めています。本時は、クロールと平泳ぎを中心に取り組みました。長い距離を泳ぐためには、ブレス（息継ぎ）をスムーズに行うことがポイントですが、クロールのブレスを苦手とする生徒はたくさんいます。うまくいかない生徒の大半は、ブレスの時に顔を前に上げてしまいます。すると、足が沈んで立ってしまいます。クロールのブレスは、顔を横に向けて行いますが、視線を後ろに持っていくとうまくなります。ストロークの手を目で追いかけて、小指から水上に上がるタイミングを目で追っていくと、無理な力を入れずに顔が横に上がりブレスできます。慣れてくると、口が半分水の中にあっても息を吸うことができます。



5校時は、2年生が体育館で修学旅行ガイダンスを行っていました。今日は、お世話になる旅行会社の方を講師としてお招きし、修学旅行の日程の確認や奈良・京都の見どころ、そして旅行計画の立て方を教えていただきました。3日間のほとんどが班別行動のため、計画はとても大事です。寺社仏閣等の見学地選定はもちろんのこと、昼食場所の事前予約も必要です。あっちもこっちもみんな見たい！という願いをすべてかなえることができないことは、生徒もよくわかっていますが、つつい無理な計画を立ててしまいがちです。そのため、生徒たちの計画が実行可能な範囲で収まっているかどうか、後日旅行会社の方々がチェックしてください。



今週から、合唱祭に向けての特別練習期間に入りました。通常50分授業のところ、この期間中は45分に短縮して放課後の時間を生み出しています。体育館、多目的室、音楽室を学年・クラスごとに割り振り、練習を行います。割り当てが無いクラスは、教室や廊下で練習します。この特別練習が始まると、生徒たちの目の色が変わり、練習に力が入るようになります。今年の合唱祭も、きっと聴く者の心に届く歌声が響くことでしょう。

