

保護者の皆様（家庭数配布）

中野区立桃園第二小学校
校長 山崎 義弘

水泳指導についてのお知らせ

下記要領で、学校プールでの水泳指導を始めます。安全に、楽しい水泳ができますように、保護者の皆様方のご協力をよろしくお願いいたします。なお、プール開設中の体育の授業は、水泳が主となりますので時間割変更のご確認をお願いいたします。

- 1 プール開設期間
6月14日（月）プール開き～9月13日（月）プール納め
- 2 水泳の時間割 *行事等で変更する場合があります。

	月	火	水	木	金
1・2	4	1	5	3	2
3・4	6	2	4	1	5
5・6		3		6	

- 3 感染症対策について
 - ・マスクはプールサイドまで着用します。外す際、プールサイド用袋※¹からプールサイド用マスク入れ※²を出し、マスクを入れて、喋らずに水泳を行います。
 - ・準備運動は、前後1m間隔に距離を取った隊形で行います。
 - ・指導する職員は、水中にいてもマスクを着用して行います。

※1「プールサイド用袋」、※2「プールサイド用マスク入れ」の詳細は、後述の「5 持ち物（7）と（6）」をご覧ください。
- 4 水泳カード

参加・見学のご連絡は水泳カードでいただきます。保護者の方が確実に書きください。水泳は健康管理が普段にもまして重要です。プールでの事故がないように、万全を期すために児童の朝の健康観察を保護者の方をお願いいたします。爪の長さの確認と記入、参加・見学の記入、保護者の押印を行ってください。確認もれ・記入もれの場合、水泳はできません。当日は、見学になります。また、押印欄はサインではなく印鑑を使用してください。なお、印鑑をお持ちでないご家庭は、あらかじめ担任までご連絡をお願いします。

5 持ち物

(1) 水着

派手でなく、紺色系統で、学校のプールで着用するのにふさわしい物

※水泳に必要な道具 ゴーグルを含む

【着用可能なもの】

- ①パンツタイプ
- ②ワンピースタイプ
- ③セパレートタイプ（お腹が見えないもの）
- ④ラッシュガード（ファスナー付き可・長袖のもの可・フード付き不可）

着用希望の場合はご家庭の判断でお願いします。（シャワーを浴びる時には脱ぎます。）

※女子のスカートタイプのはタイム測定への影響を考えると望ましくありません。

これから購入される方は、①～③のものをご用意ください。

※これまで着用していたスクール水着については引き続きお使いください。

①～③を新たに用意していただく必要はありません。



① パンツタイプ ②ワンピースタイプ
※肌にぴたっとくっつく素材のものに限ります。

③ セパレートタイプ
※お腹が見えないものに限ります。



④ラッシュガード（家庭の判断で）
ファスナー付は可 フード付きは不可。
※特に指定はしていません。

※スカートタイプ

中野用品組合 足立屋
（中野区新井5-1-1）でも購入
できます。

(2) 水泳帽

メッシュ（網目）で、縁がゴム素材のもの。

※色は学年別（その色を6年間使用します）

1年	2年	3年	4年	5年	6年
赤	紺	水色	オレンジ	黄	緑

裏面もあります↓

- | | |
|------------------|--|
| (3) バスタオル | ラップタオル（巻きタイプ） |
| (4) 手提げ袋 | 水着、水泳帽、バスタオルなどを入れる。 |
| (5) 水泳カード | 毎回記入・押印してくる。 |
| (6) プールサイド用マスク入れ | 密閉できるビニール製のマスク入れ |
| (7) プールサイド用袋 | タオル、プールサイド用マスク入れ、マスク、水筒の
入る、大きめの濡れないビニール製の袋 |

※ビーチサンダルは使用しません。

忘れ物をした場合は、見学となります。ご家庭で持ち物のご確認をお願いします。

(6) 注意

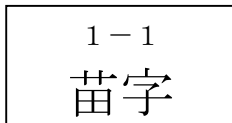
- ・必ず学校で着替えます。（水着を着たまま登校させないでください。）
- ・水着など、全ての持ち物に必ずはっきりと記名してください。
- ・ゴーグル・ラッシュガードについては、ご家庭の判断で持たせてくださって結構です。
（ラッシュガードはフード付き不可・ファスナーの開け閉め等自己管理）
- ・ゴーグルの取り扱いについては、自分でできるように練習させておいてください。
（水にもぐって目を開け、いろいろな水中での遊びをすることもあります。）
- ・女子の髪留めゴムは飾りのないゴムを付けさせてください。また、髪の毛の長い児童は、帽子の中に自分で入れられるように家庭で練習させてください。

6 帽子への記名・級別色テープの付け方

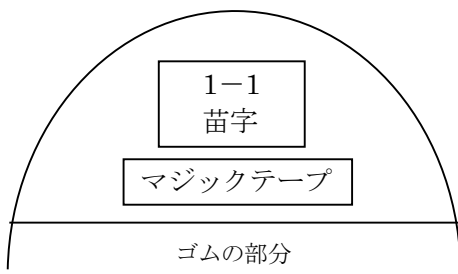
帽子への記名は、5×10cm程度の白い布に漢字で大きくはっきりと苗字を書いてください。

また、最初から帽子に記名する部分があるものについては、そちらに記入してください。

例



*級別色テープは、検定合格後に帽子前方に学校で直接付け、進級毎に付け替えていきます。1年生は、マジックテープの付いた帽子を購入してください。



※マジックテープなしの帽子を買われた方は、家庭でマジックテープを付けてください。マジックテープの長さは4~5cm程度でお願いします。

7 泳力検定基準

子どもたちが楽しくプールに入り、また泳ぎが上達するように、級の検定基準を設けています。楽に呼吸ができ、長く、速く、いろいろな泳ぎ方ができるように、級を励みとして、一人ひとり頑張ってもらいたいと思います。

それぞれの級に合格するとテープを水泳帽に付けます。

級テープ	目 標		学年目標	
赤	顔に水をつけることができる		1年	
赤1	トンネルくぐりができる			
赤2	石ひろいができる			
赤3	力をぬいてふしうきができる			
黄	けのび姿勢ができて、5m泳げる		2年	
黄1	10m泳げる			
黄2	15m泳げる		3年	
黄3	25m泳げる			
緑	正しいクロールで25m泳げる	青	正しい平泳ぎで25m泳げる	4年 5年 6年
緑1	正しいクロールで50m泳げる	青1	正しい平泳ぎで50m泳げる	
緑2	正しいクロールで100m泳げる	青2	正しい平泳ぎで100m泳げる	
桃	クロール25m 23.0秒以内	水	平泳ぎ25m 27.0秒以内	
桃1	クロール50m 47.0秒以内	水1	平泳ぎ50m 56.0秒以内	

★チャレンジコース

自己最高タイムに挑戦	クロール25m []秒	50m []秒	100m []秒
	平泳ぎ25m []秒	50m []秒	100m []秒
いろいろな泳ぎに挑戦	背泳ぎ 25m	50m	バタフライ 25m 50m

※9月に最後の検定を行います。級テープは次年度も継続になります。各家庭にて保管してください。（6年生は回収します。）