

## 4～6年生 着衣水泳（7月9日）

まずは、どのようにしたら浮くことができるのか？を各自で試してみました。



次に、ペットボトルを活用した浮かび方を教えてもらい、実際にやってみました。



段々と上手になってきました。浮かぶことで、呼吸を確保することができます。



次は、着衣です。着衣のまま水の中に入るといことは、日常の中で少ないと思いますが、実際に入ると感触や感覚が違うことが肌で感じられます。



服を着ていても、浮かぶことが大切なことに変わりありません。実際にペットボトルを使ってやってみました。



最後は、全員で「1分間浮かぶ」ことにチャレンジしました。なかなかいい感じで浮かべるようになってきました。水の事故には、くれぐれも注意しましょう！

