一般社団法人瑞浪青年会議所主催

小学生水泳チャレンジプロジェクト

～君ならおよげる～

2024年度愛ある未来創造委員会
委員長　中山陽翠

事業目的

水泳チャレンジを通して、
瑞浪市の小学生の自己肯定感、自己効力感を高めたい。

自己肯定感→ありのままの自分を認める
自己効力感→目標達成する能力

未来ある子供たちに、水泳を通して、
たくさんの挑戦や成功体験を積んで欲しい。
→自己効力感を高める

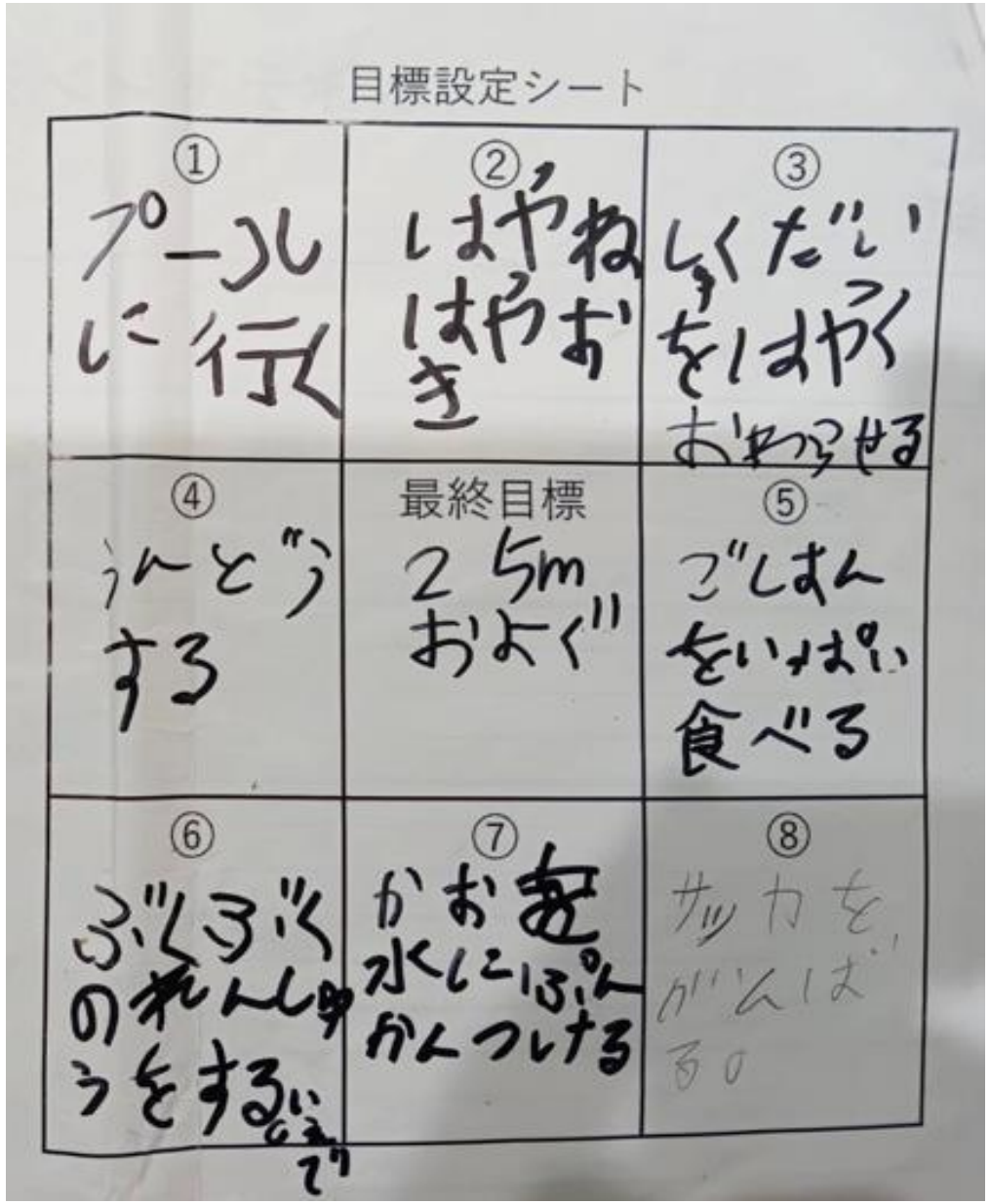
また、親御さんにも協力してもらうことで
愛を感じてもらいたい。
→自己肯定感を高める

事業の様子(6月、事業説明会)



・全体説明
・目標設定
(親子一緒に考える)
・親御さん向け
子どもとの関わり方
説明
・子供向け安全講習

目標設定


目標設定シート
①
プールに行く
②
はやねはやおき
③
しゅくだいをはやくおわらせる
④
うんどうする
最終目標
25m
およぐ
⑤
ごはんをいっぱい食べる
⑥
ぶくぶくのれんしゅうをする
⑦
かお
水にふんかんつける
⑧
サッカーをがんばる

親御さん向け子どもの関わり方説明資料

保護者向け

瑞浪JC　水泳チャレンジ配布資料

"チャレンジ期間中に実践して欲しい"

子供を伸ばす上手な褒め方・接し方



POINT 01

他の子とではなく
過去の本人と
比べて褒める

「長く潜れるようになったね」
「前より泳げてすごい！」

POINT 02

結果だけではなく
過程も褒める

「練習がんばってるね」
「今日も参加できたね！」

POINT 03

上手くできなくても
挑戦したこと
を褒める

「挑戦して立派だね！」
「次はきっとできるよ」

POINT 04

お子さんの
存在を
無条件でほめる

「○○ちゃんがいてくれる
だけで幸せ」

POINT 05

お子さんが
安心できる
心の居場所になる

POINT 06

親子自主練でも
たくさん褒めて
あげましょう

保護者の方の言葉がお子さんの自信につながります

水泳教室



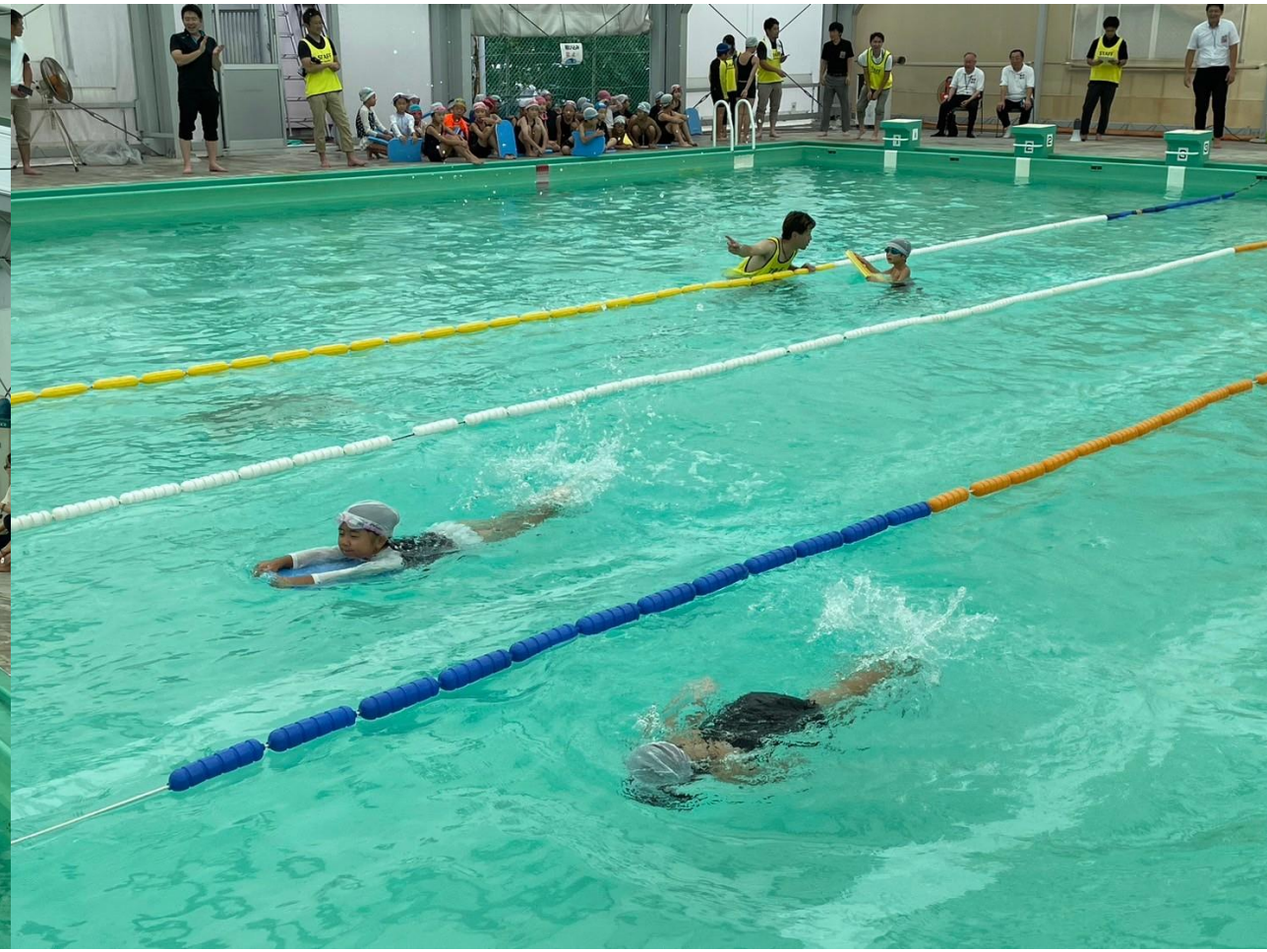


泳力発表会①



泳力発表会②





修了式①


(一社)瑞浪青年会議所
小学生水泳プロジェクト～君なら泳げる～修了式
JCI
MIZUNAMI
STAFF
STAFF
STAFF

修了式②





修了式③



結果　チャレンジシート

☆水泳チャレンジシート☆

名前 水野　奏

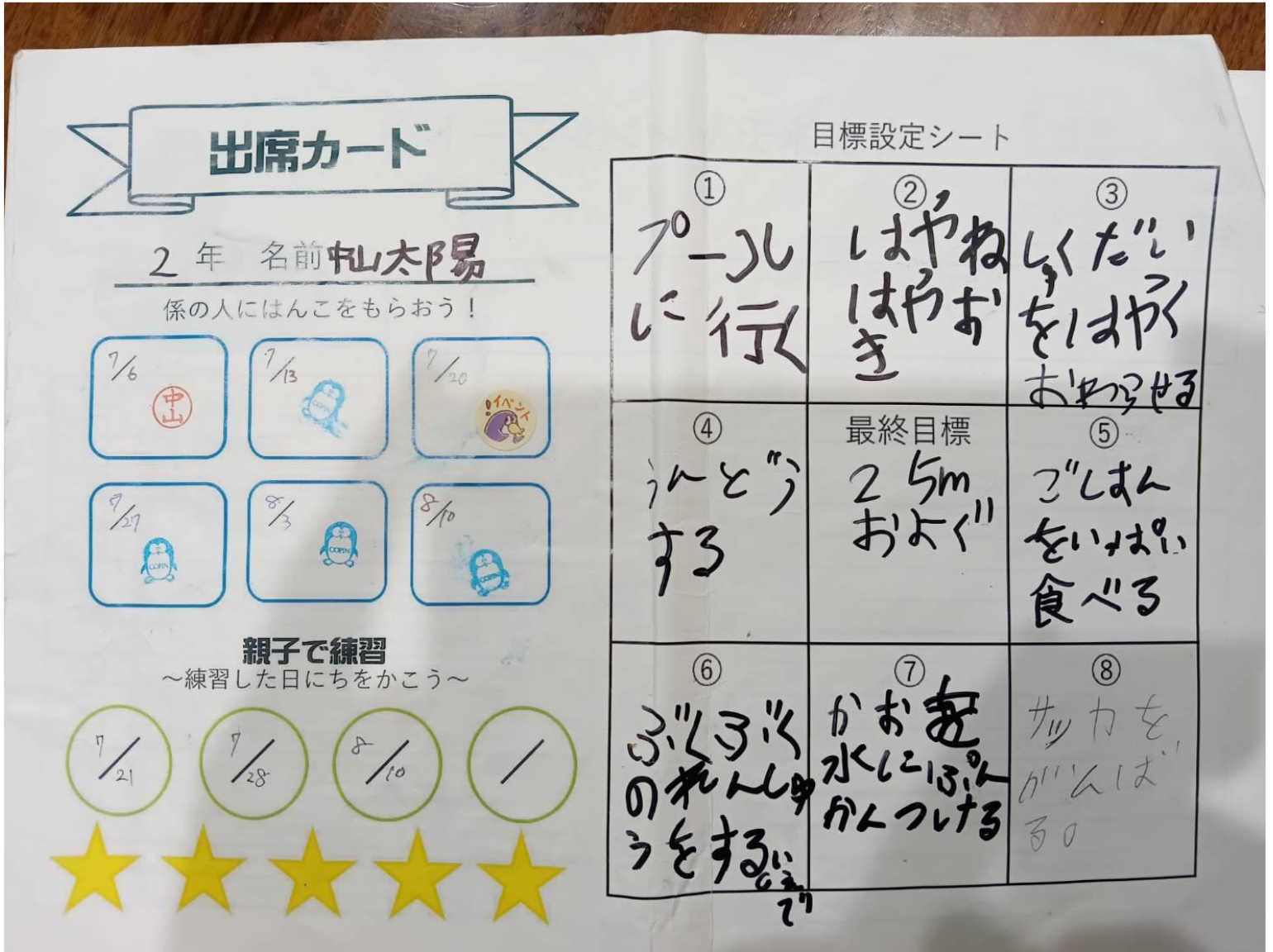
目標
ビート板なしのクロール25m泳ぐ。



レベル	内容	できた日	印
1	腰板キックができる	7/13	大林
	水の中を歩ける	7/13	
	水面で口からブクブクができる	7/13	
2	台の上からジャンプができる	7/13	
	補助ありで背浮きができる	7/13	
	伏し浮きができる	7/13	
	伏し浮きが3秒できる	7/13	
3	アームヘルパーの伏し浮きキックができる	7/13	
	アームヘルパーの伏し浮きキックが3mできる	7/13	
	アームヘルパーの伏し浮きキックが5mできる	7/13	大林
	ビート板キックが5mできる	7/20	大林
	ビート板キックが7mできる	7/20	大林
	プールサイドから飛び込みができる	7/20	大林
4	板キックが10mできる	7/27	大林
	板キックが12.5mできる	7/27	大林
	ブクブクパの板キック12.5mができる	7/27	大林

レベル	内容	できた日	印
5	伏し浮きのグライドキック7mができる	7/27	大林
	片手息なしクロールができる	7/27	大林
	両手の息なしクロールが5mできる	7/27	大林
	両手の息なしクロールが7mできる	/	
	両手の息なしクロールが10mできる	/	
6	板キック25mできる	8/3	大林
	ブクブクパの板キック25mできる	〃	〃
	板もも横向きキックができる	8/3	大林
7	板もも横向きキックのブクブクパ	/	
	板を持って片手クロール呼吸ができる（利き手）	/	
	呼吸ありの両手クロールが5mできる。（板なしで）	/	
8	呼吸ありの両手クロールが7mできる。	/	
	呼吸ありの両手クロールが10mできる。	/	
	呼吸ありの両手クロールが12.5mできる。	/	
9	綺麗に呼吸ありの両手クロールが12.5mできる。	/	
	綺麗に呼吸ありの両手クロールが25mできる。	/	

結果　出席カード


出席カード
2年　名前 中山太陽
係の人にはんこをもらおう！
7/6
7/13
7/20
7/27
8/3
8/10
親子で練習
～練習した日にちをかこう～
7/21
7/28
8/10
目標設定シート
①
プールに行く
②
はやねはやおき
③
しくだいをはやくおわらせる
④
うんどうする
最終目標
25m およぐ
⑤
ごしょんをいっぱい食べる
⑥
ぶくぶくのれんしゅうをするいえで
⑦
かお水にぷんかんつける
⑧
サッカをがんばる

事業前後アンケート結果

質問1・わたし（ぼく）は、だいたい自分にまんぞくしている。
そう思う以上と回答　事業前65%　事業後100%

質問2・わたし（ぼく）は、いくつかの点でよいところがあると思っている。
そう思う以上と回答　事業前82.5%　事業後97.2%

質問3・わたし（ぼく）は、友ともだちがやるのと同 じくらい、いろんなこと ができる。
そう思う以上と回答　事業前75%　事業後74.3%

質問4・わたし（ぼく）には、あまり得意なことがない。
そう思わない以上と回答　事業前72.5%　事業後82.9%

質問5・わたし（ぼく）は、なにをやっても失敗するのではないかと思ってしま う。
そう思わない以上と回答　事業前52.5%　事業後80%

質問6・わたし（ぼく）は、たいていのことならできるような気がする。
そう思うと回答　事業前75%　事業後62.9%
つよくそう思うと回答　事業前15%　事業後28.6%

質問7・わたし（ぼく）は、さいごにはできないことが多いと思う。
そう思わない以上と回答　事業前52.5%　事業後82.9%

質問8・わたし（ぼく）は、がんばれば、むずかしいこともだいたいできるよう な気がする。
そう思う以上と回答　事業前87.5%　事業後91.4%

質問9・わたし（ぼく）は、やる気でとりくめば、できないことはないように思う。
そう思う以上と回答　事業前70%　事業後80%

質問10・わたし（ぼく）は、やりたいと思っても、できないことばかりだとかん じる。
そう思わない以上と回答　事業前80%　事業後94.3%

