

ジュニアライフセービング教室 指導案・記入例

日時	2025 年 8 月 1 日 ①9:00～11:00 ②13:00～15:00				
場所	JLA ビーチ				
対象/人数	小学生 3～6 年生 ①20 名 ②20 名 計 40 名				
指導者	波乗 太郎、協会 花子				
JLA のねらい	水辺活動における楽しさの中から、自然や人との関わりあいを学び、相互理解かたの命の大切さを実感することによって、たくましく豊かな人間形成をめざす。				
クラブのねらい	自然(砂浜・波打ち際・海中)の中で、人(参加者・保護者・指導者)と関わりあいながら心を開放し、お互いを認め合い、命の大切さと水辺の安全について学ぶ。				
使用器材・教具	ニッパード 5 本、レスキューチューブ 2 本、津波フラッグ 1 枚、ハザードマップ 1 枚、ライフジャケット 10 着、ライフセービングかるた 1				
展開	* 活動内容と指導上のポイント等を記入	楽しさ	人との関わり合い	命の大切さ	クラブの創意
10	【オリエンテーション】○自己紹介を通して、お互いを知る。(バディーの確認)		○	○	
20	【避難訓練】○津波フラッグを紹介し、海で津波フラッグを見かけたら、直ぐに避難すること。また、避難場所を確認することを理解する。実際に避難場所まで移動する。		○	○	
30	【かけふみおにごっこ】○体を動かしながら、仲間と触れ合い、心をほぐす。 ○準備運動として、体をほぐす。	○	○		○
40	【ビーチラン & ウェーディング】○砂浜や海中を移動しながら、砂、水の感覚を味わうとともに、セルフレスキューを意識する。	○	○	○	
50					
60	～休憩～				
70	【サーフ・サバイバル】 ○ライフジャケットの着用の仕方を確認し、自分で着用できるようにする。 ○浮かんだり、泳いだりしながら、自分の身は自分で守る意識をもつ。		○	○	
80					
90	【ニッパード】 ○ニッパードを使用し、海を楽しむ。				
100					
110	【まとめ】○活動のふりかえり。○感謝の気持ちを伝える。				
120					
130					
140					

#