

ウェルネススポーツ

令和5年7月13日（木）の3年ユニバーサルスポーツ類型「ウェルネススポーツ」の授業で着衣水泳を行いました。

自分が服を着た状態で溺れた時、水難事故の現場に遭遇した時にどのように対応すればよいか学びました。

身近なものを使って救出する方法や、どのような声掛けが適切か、実践的な練習を行いました。



↑ ペットボトルを使用して救出活動しています

↓ 背浮きという方法で顔を常時出しながら泳ぐ方法を実践しています

