

子供スイミングクラスにおいては、進級基準60級制を採用し
 きめ細かく子供の状況を毎月案内します。
 毎月1項目合格を目標とし、子供にやる気を持たせます。

水慣れ指導（60級～44級）幼児期の水泳は、身体と心を成長させます。

第1ステップとして水になれることを目標にします。お子様の状況に応じて指導します。お子様によっては、早い場合、遅い場合があります。個人差の著しい場合でも決して焦らず見守ってあげてください。どんなに時間をかけても決してあせる必要はありません。逆に時間をかけた方があとになって大きな進歩につながることも多々あります。お子さまが不安なく水に親しみ泳法練習への土台作りができるよう指導してまいります。

水慣れ指導では、お子様の年齢に応じてアームヘルパーやビート板、ヘルパーを補助教材として活用します。アームヘルパーについては初心者のお子様でも安全に水中運動が出来ます。

泳法指導（43級～8級）

①クロール ②背泳ぎ ③平泳ぎ ④バタフライ の順序で泳法練習を行います。

各泳法の合格基準

- ①クロール……キック、ストローク(手の動作)、横呼吸のコンビネーションよく25m泳げる。
30級 *背泳ぎクラスは、25m単位で練習するので基礎体力が備わっている事も合否の基準となります。
- ②背泳ぎ……左右のストローク(手の動作)がタイミングよく25m泳げる。
23級 *25m安定した姿勢で泳ぐことができ、クロールの基礎泳力が備わっている事も合否の基準となります。
- ③平泳ぎ……キック、ストローク、呼吸をタイミング良くコンビネーションを25m泳げる。
15級 *平泳ぎ最大のポイントは、足首を曲げてアオリの無いキックが出来ることです。上達すると小学校でも役立ちます。
- ④バタフライ……1ストローク(肘を伸ばし両手を回す動作)、2キックのタイミングで25m泳げる。
8級 *1回の手の動作に対して2回キック(両足同時キック)を行います。両手を伸ばしたストロークを行います。

当クラブでは、30級以上のお子様の指導時に指定教材とさせていただいています。「フィン（足ひれ）」を活用します。普段できない推進力を体験し、反復練習の強化を行うことにより、泳力向上に役立ちます。また、お子様の取組む姿勢がより一層高まり効果があります。

泳法指導（7級～1級）

個人メドレー完成に向けて各種ターン練習、各泳法のタイムアップ・技術向上を主として練習を行います。長所を伸ばし短所を引き上げ4泳法をの技術向上を目標とします。

上記に関わらず当クラブでは、お子様についてのご意見・ご相談をお受けします。
 お気軽にクラブフロントまでお越しください。