

園児専用の泳力基準を活用 お子様のレッスン内容・様子を 定期的にご報告。

見学に来れない お父様お母様も安心して送り出して頂けます。

# 保育園・幼稚園のおともだち専用 えいりよく・にんていひょう

- 【1】スムーズな泳ぎの習得と、お子様の意欲を高めるプログラムを提供致します。
- 【2】泳力アップと共にキャラクターワッペンもステップアップしていくことで、目標達成時の自信へとつながっていきます。
- 【3】水泳指導と共に、「あいさつ/マナ」に関する社会性の習得を目指します。

ねらい/ワッペン	種目	観察要項
 GENEX はじめてのスイミング プールに慣れましょう	プールに来れる	元気にスイミングへ来ることができる
	返事ができる	名前を呼ばれ返事ができる
	着替えができる	着替えに取り組める
	体操ができる	体を動かすことができる
	シャワーをあびれる	体(頭)を濡らすことができる
	並ぶことができる	順番をまもることができる
 GENEX 水とお友達になって元気に 楽しく水慣れをしましょう	腰かけキックができる	プールサイドへ座りバタ足ができる
	かにさんができる	プールエッジを握って歩くことができる
	水中歩行	水中をひとりで歩くことができる
	わにさんができる	水中で体を伸ばすことができる
	すべり台ができる	ひとりで滑ることができる
	ジャンプができる	補助(つかまり)飛び降りることができる
 GENEX 顔つけ・息がまんを 覚えて潜れるよう になりましょう	バブリングができる	口から息を出すことができる
	耳を水へつけれる	水中の音をきくことができる
	顔洗いができる	顔に水をかけることができる
	顔つけができる	ひとりで顔をつけることができる
	壁バタ足ができる	壁をつかまりバタ足をすることができる
	バブリングができる	顔を水へつけて息を出すことができる
	補助潜水	補助(つかまり)頭まで潜ることができる
	ビート板バタ足	体を伸ばしバタ足をすることができる
	潜水	水中で目を開けることができる
	水中カード拾い	水底にあるものを取ってくるることができる
	潜水 息がまん5秒	頭まで潜り5秒がまんすることができる
補助浮き身	補助(つかまり)浮くことができる	
 GENEX 浮いてみよう 今までにない感覚は更に 楽しくやる気をアップします	ビート板キック 5m	キックで進むことができる
	ジャンプができる	フロアマットから飛び降りることができる
	補助背浮き	体を伸ばすことができる
	ポピング	連続5回以上できる
	ビート板浮き身	足を伸ばすことができる
	浮き身	体を伸ばすことができる
	浮き身 5秒	リラックスして浮くことができる

ねらい/ワッペン	種目	観察要項
 GENEX 基本姿勢を覚えよう 泳ぎにとっても大切な 姿勢をしっかりレッスン	補助背浮き	安全に立つことができる
	背浮き	リラックスして浮くことができる
	浮き身	手足を伸ばし浮くことができる
	飛び降り	元気にジャンプすることができる
	飛び降り潜水	ジャンプして潜ることができる
	飛び込み	体を伸ばし飛び込むことができる
	けのび	けのびの姿勢を保つことができる
 GENEX キックで進もう 泳ぐ感覚を身に つけます	背浮き	背浮きのスタートをすることができる
	けのび 5秒	壁を蹴り姿勢を保つことができる
	ビート板キック 5m	進むことができる
	モーターボート 5m	正しい姿勢でキックができる
	ビート板背面キック 10m	進むことができる
	ビート板キック 10m	壁を蹴りキックで10m進むことができる
	ビート板背面キック	正しい姿勢でキックができる
背面キック 7m	スタートして進むことができる	
 GENEX クロール/背泳ぎ を覚えよう 泳ぎを覚えながら 泳げる距離が伸び ていきます	モーターボート 7m	正しい姿勢でキックができる
	ビート板キック 7m	しなやかにキックができる
	背面キック 10m	腰が沈まないで10m泳ぐことができる
	面かぶりクロール 5m	水を掻いて進むことができる
	背泳ぎ 5m	水を掻いて進むことができる
	面かぶりクロール 7m	キックと腕を動かすことができる
	背泳ぎ 7m	腰が沈まないで7m泳ぐことができる
	面かぶりクロール 10m	正しい姿勢で泳ぐことができる
	背泳ぎ 10m	腰が沈まないで泳ぐことができる
	クロール 10m	息継ぎをして泳ぐことができる
クロール 15m	顔を横にあげ息継ぎをすることができる	
 GENEX クロール/背泳ぎ を覚えよう 泳ぎを覚えながら 泳げる距離が伸び ていきます	背泳ぎ 15m	リズムよく泳ぐことができる
	クロール 2.5m	正しい姿勢で泳ぐことができる
	背泳ぎ 2.5m	正しい姿勢で泳ぐことができる
	ビート板キック 5.0m	ビート板キックで5.0m進むことができる
	クロール又は背泳ぎ 5.0m	クロール又は背泳ぎで泳ぐことができる