



園児水泳教室 内容



| 園児水泳教室 クラス名 | 内容・目標 | | | | | | | | | | | (受講時間) | | |
|--|-------|---------------|-----|------------|---------------|-----------|------------|------------|------|-----------|-------|------------|-----|-----------|
| うきうき スイミング | バブリング | プールの底 まで潜る | キック | 板つき けのび | ふし浮き | だるま 浮き | けのび | けのび キック | 背浮き | 背面 キック | | | | |
| 水が苦手なお子様でも安心！遊びを取り入れながら、水慣れやキックの初歩までを目標に練習しています。 | | | | | | | | | | | (45分) | | | |
| わんぱく スイミング | 水慣れ | 水中歩行 | 顔付け | バブリング | プールの底 まで潜る | キック | 板つき けのび | 板キック | ふし浮き | だるま 浮き | けのび | けのび キック | 背浮き | 背面 キック |
| 年長クラスを対象に、水慣れから泳ぎの基本習得を目標に練習しています。 | | | | | | | | | | | (60分) | | | |

※こどもスイミング 泳力基準表 泳力9が出来るようになりますと、園児の方でも小学生対象のこどもスイミングに申込み出来ます。ご相談下さい。

教室参加に必要なもの ・水泳帽子・水着・ゴーグル・タオル※規定はありません