

# こどもコース 指導内容のご案内

<p>『ベビーコース』</p>	<p>赤ちゃんの体調や機嫌に合わせて教室に参加できます。 0歳から3歳くらいまでは、人間の成長過程の中で1番感覚を養える時期です！水中止息や水の感覚、溺れないような動作の練習など保護者と赤ちゃんがペアでプールに入りレッスンします。また、初級・上級にクラスが分かれておりますので、初めての赤ちゃんや、水慣れした赤ちゃんまで様々に対応して指導致します。</p>
<p>(対象年齢) 6ヶ月～3歳 くらいまで</p>	<p>たくさん運動して、たくさん寝るように！保護者の方のダイエットにも！ 1週間のプログラムをご確認の上、お好きな曜日・時間帯にお越しください！ 初級・・・初めての赤ちゃんはココからスタート。浮き具をつけて1人で散歩出来るまで。 上級・・・散歩出来る赤ちゃんからビート板キック、25m連続呼吸で泳げる赤ちゃんまで。</p>
<p>『親子水泳コース』</p>	<p>指導員の誘導により、保護者が”コーチ”になってレッスンをを行います。保護者と一緒にプールに入るので、お子様は慣れない環境で指導を受けるという不安やストレスが軽減して、安心してレッスンできるコースです。</p>
<p>(対象年齢) 2歳6ヶ月～未就学くらいまで</p>	<p>自然に水になれることから始め、泳ぐ基本動作と親子のスキンシップをプールで図りながら行うコースです。</p>
<p>『幼児園児コース』</p>	<p>このクラスは未就園児、幼児、園児を中心に指導を行いません。お顔をにつけられないお子様や水恐怖症のお子様、泳力向上等を目的とします。</p>
<p>(対象年齢) 3歳～6歳くらいまで</p>	<p>スポーツプラザ報徳の水泳カリキュラムに添って行ない、クラスもコース内で分かれており、初めてのお子様も安心して行えます。少々慣れてきたお子様もベビーコースから進級したお子様も更なるレベルアップを目指していきます。</p>
<p>『幼小コース』</p>	<p>幼稚園生、保育園生、小学校低～中学年生対象の通常の水泳クラスです。スポーツプラザ報徳の水泳カリキュラムに添って行ないます。</p>
<p>(対象年齢) 4歳～小学生(中)くらいまで</p>	<p>お顔をにつけられないお子様から4種目(クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ)を泳げるようになるためのクラスです。</p>
<p>『小学生以上コース』</p>	<p>さらに4種目習得後は、健康促進、基礎持久力向上の為の練習や5種目めの個人メドレー泳法の練習などを取り入れて行ないます。</p>
<p>(対象年齢) 幼稚園・小学生・中学生以上</p>	<p>また、各泳法のタイム測定やフォームの矯正を行います。学年別に練習するのではなく、スイミングスクール特有の泳力によってクラス分け致しますので、同じくらいの泳力の仲間とともに無理のない練習を行えます。</p>
<p>『育成選抜コース』</p>	<p>スポーツプラザ報徳の水泳カリキュラム進級基準”S4級”以上のお子様を対象にハイレベルな基礎持久力向上、個人メドレーを中心に練習します。</p>
<p>(対象年齢) 小学生～中学生くらいまで</p>	<p>また、進級基準表の”裏級”制覇に向けて練習し、クラブ内大会は勿論の事、クラブ外の対外試合に向けてもコンディション調整をして、目標に向かってまい進いたします。 ”S4級”以上による選抜メンバーによる練習クラスです。</p>
<p>『選手選抜コース』</p>	<p>様々な競技会に向けてかなりハードな練習を行ないます。クラスは幼稚園クラスからあり、原則的に学年別にて練習を致します。</p>
<p>(対象年齢) 幼稚園児～大学生くらい</p>	<p>A B C級大会出場からジュニアオリンピック大会、日本選手権等の主要大会にて優秀な成績がおさめられるように指導いたします。 選手進級基準突破者のクラスです。練習日程は時期により異なります。</p>
<p>●各コース毎月の最終練習日に【進級テスト】を行ないます。(但し”S2級以上”は2ヶ月に1回となります) S2級は1月・3月・5月・・・等の奇数月にテスト S3級以上は2月・4月・6月・・・等の偶数月にテスト</p>	