

《進級基準移行表》

現在				移行	改訂後				
級	ワッペン色	幼児対応	キャップ色		級	ワッペン色	ワッペンデザイン	キャップ色	進級項目(練習項目)
10	B 緑	かに	黒	水中歩行	水中歩行	かに	黒	水中歩行	①プールへの出入りができる ②水中(フロア台)を自由に歩き回ることができる
	A 赤			カニ歩き	カニ歩き			①カニ歩きでフロア台のない所の移動ができる	
	- 青			顔洗い	顔洗い			①自分で顔を洗うことができる	
9	B 緑	かめ	黒	バブリング(連続3回)	バブリング(連続5回)	かめ	黒	フロアティング	①浮いた状態で手足をつかって進むことができる
	A 赤			顔付け(3秒)	顔付け(5秒)			①自分で顔を水につけることができる	
	- 青			立ち飛込み	立ち飛込み			①顔を上げ、息こらえ、吐くことができる ②定められた時間を行うことができる	
8	B 緑	たこ	黒	潜り(3秒・呼吸動作)	潜り(5秒・呼吸動作)	たこ	黒	立ち飛込み (未就学児:フロア有 小学生以上:フロアなし)	①自分で飛び込むことができる
	A 赤			潜り(3秒・呼吸動作・水中開眼を含む)	潜り(5秒・呼吸動作・水中開眼を含む)			①自分で頭まで潜ることができる ②鼻から息を吐くことができる ③定められた時間を行うことができる	
	- 青			壁けのび(ヘルパー付)	壁けのび(ヘルパー付)			①床を蹴って水面に顔を出すことができる ②呼吸を伴った連続動作で潜ることができる	
7	B 緑	わに	黒	板けのび(3M・ヘルパー付)	板けのび(ヘルパー付・5M)	わに	黒	クラゲ浮き(ヘルパー付)	①力を抜いて浮くことができる ②足をつけてから顔を上げることができる
	A 赤			けのび(3M)	けのび(5M)			①顔を水面につけて壁又はフロア台を蹴ることができる ②水平姿勢をとることができる ③自分で立つことができる	
	- 青			板キック12.5M(ヘルパー付)	板キック12.5M(ヘルパー付)			①顔を水面につけて壁又はフロア台を蹴り進むことができる ②水平姿勢をとることができる ③自分で立つことができる	
6	B 緑	ペンギン	黒	グライドキック7M(ヘルパー付)	グライドキック10M(ヘルパー付)	ペンギン	黒	顔つけ板キック(ヘルパー付) (未就学児:7M 小学生以上:10M)	①けのび姿勢後、キックができる ②身体を伸ばしたキックができる ③連続したキックができる
	A 赤			ノーブレイクロー7M(ヘルパー付)	ノーブレイクロー10M(ヘルパー付)			①けのび姿勢後、キックができる ②身体を伸ばしたキックができる ③未ももから推進力のあるキックができる	
	- 青			クロール12.5M(ヘルパー付)	クロール12.5M(ヘルパー付)			①身体を伸ばして泳ぐことができる ②連続したキックで泳ぐことができる ③顔を大きく回すことができる	
5	B 緑	いるか	白	クロール25M(ヘルパー付)	クロール25M(ヘルパー付)	いるか	白	クロール12.5M(ヘルパー付)	①肩を使って顔を回すことができる ②呼吸をしながら泳ぐことができる ③定められた距離を泳ぐことができる
	A 赤			クロール25M	クロール25M			①肩を使って顔を回すことができる ②横を向いて呼吸ができる ③定められた距離を泳ぐことができる	
	- 青			背面キック25M(ヘルパー付)	背面キック25M(ヘルパー付)			①一連の動作で泳ぐことができる ②推進力のあるキックで泳ぐことができる ③定められた距離を泳ぐことができる	
4	B 緑	らっこ	黒	背泳ぎ25M(ヘルパー付)	背泳ぎ25M(ヘルパー付)	らっこ	黒	背泳ぎを付けキック25M(ヘルパー付)	①身体を伸ばしてキックができる ②呼吸をしながらキックができる ③定められた距離を泳ぐことができる
	A 赤			背泳ぎ25M	背泳ぎ25M			①顔を大きく回すことができる ②連続したキックで泳ぐことができる ③定められた距離を泳ぐことができる	
	- 青			クロール・背泳ぎの泳力向上	クロール・背泳ぎの泳力向上			①一連の動作で泳ぐことができる ②推進力のあるキックで泳ぐことができる ③定められた距離を泳ぐことができる	
3	B 緑	水色	水色	平泳ぎ息継ぎ板キック25M(ヘルパー付)	平泳ぎ25M	水色	水色	クロール・背泳ぎの泳力向上	①級に応じたクロールの正しい泳ぎができる ②級に応じた背泳ぎの正しい泳ぎができる
	A 赤			平泳ぎ25M	平泳ぎ25M			①足の裏で水を蹴ることができる ②キック後、伸びをとることができる ③定められた距離を泳ぐことができる	
	- 青			クロール・背泳ぎ・平泳ぎの泳力向上	クロール・背泳ぎ・平泳ぎの泳力向上			①ストロークと呼吸、キックのタイミングがあった泳ぎができる ②伸びのある泳ぎができる ③定められた距離を泳ぐことができる	
2	B 緑	オレンジ	オレンジ	バタフライグライドキック25M	バタフライグライドキック25M	オレンジ	オレンジ	クロール・背泳ぎ・平泳ぎの泳力向上	①級に応じたクロールの正しい泳ぎができる ②級に応じた背泳ぎの正しい泳ぎができる ③級に応じた平泳ぎの正しい泳ぎができる
	A 赤			バタフライ25M	バタフライ25M			①左右対称に腕と足を動かすことができる ②体重移動を使つたうねりのある泳ぎができる ③定められた距離を泳ぐことができる	
	- 青			4泳法の泳力向上	4泳法の泳力向上			①顔を大きく回すことができる ②2キック1ストロークで泳ぐことができる ③定められた距離を泳ぐことができる	
1	B 緑	黒	黒	水中スタート・ターン	水中スタート・ターン	黒	黒	4泳法の泳力向上	①級に応じた4泳法の正しい泳ぎができる
	A 赤			個人メドレー100M	個人メドレーのターン			①バタフライ→背泳ぎの正しいターンができる ②背泳ぎ→平泳ぎの正しいターンができる ③平泳ぎ→クロールの正しいターンができる	
	- 青			50mクロールタイム	個人メドレー100M			①個人メドレーの正しいターンができる ②個人メドレーの正しい泳ぎができる ③定められた距離を泳ぐことができる	
S6							クロール50Mタイム	①クロール50M標準タイム突破 ②クロールターン習得	
S5							背泳ぎ50Mタイム	①背泳ぎ50M標準タイム突破 ②背泳ぎターン習得	
S4							平泳ぎ50Mタイム	①平泳ぎ50M標準タイム突破 ②平泳ぎターン習得	
S3							バタフライ50Mタイム	①バタフライ50M標準タイム突破 ②バタフライターン習得	
S2							個人メドレー100Mタイム	①個人メドレー100M標準タイム突破 ②個人メドレーターン習得	
S1							選択種目タイム	①標準タイム突破 ②高度なターン習得	

※10B級～1級を初級・S6級～S1級を中級・R級を上級とします。

※10B～6級に関しては、未就学のお子様と小学生以上のお子様で距離・回数・時間などに設定差があります。

※上級(R級)ではより高度な技術とスピードを身につけ選択種目のタイムへチャレンジして行きます。

【変更点】
所属コース(幼児コースと幼児小学生コース以上)により進級基準が分かれておりましたが、本改訂後は、「未就学児」のお子様に対応した進級基準を設定します。
所属コースによる進級難易度が軽減されるため、未就学のお様が今まで以上に、楽しみとやる気を持って取り組んでいただけるようになりました。

【変更点】
新進級基準では、同じ数字がついている級ごとに練習する動作の区分けを行っています。お様が練習する内容や目指す級が把握しやすくなりました。

【変更点】
中級(S級)は200m個人メドレーが無くなり、S1級から選択種目でのタイム測定となります。なお、各級のタイム設定に関しては変更はございません。