令和８年３月末日

子ども水泳教室
保護者　各位

子ども水泳教室　進級基準改定のご案内

平素は、津市産業・スポーツセンター屋内プール子ども水泳教室の活動に、ご理解ご協力をいただき誠にありがとうございます。

当施設では、参加されるお子様の更なる泳力の向上と指導員がより良い指導を行えるように進級基準改定について協議して参りました結果、2026 年４月より別紙①記載の新進級基準に改定させていただくことになりました。

現在、認定級をお持ちの教室生につきましては、３月末テストにて別紙②の級ワッペンをお渡しし再認定します。

判定の結果、級が現在より下がる、あるいは変わらない場合もございますが、これは新基準に基づく適正な再判定によるものです。指導内容に相違はございませんのでご安心ください。

新しいワッペンは３月末テストの結果とあわせて担当コーチよりお渡しとなります。４月最初の練習日までにスイミングキャップへのお貼り付けをお願いいたします。

皆様のご理解、ご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

敬具

別紙① 津市産業・スポーツセンター子ども水泳教室 進級/判定基準表

級		テスト項目	チェックポイント(判定基準)
Aクラス	はじめて	新規入会　泳力認定	先生と挨拶ができる ビート板、浮輪、板浮き使用できる ハーフ・ビート入門クロールができる 顔を1秒まだ、コツもしたができる
	カニ	①顔を全部入れて潜ることができる ②元気よくプールサイドからコーチのところにジャンプできる	水中でカエルポーズ、ストポーズ、あしこぎができる 先生の顔を見て、顔をあげることができる 顔を水面上出して、ちゃんとができるようになる 水中から陸への移動、陸で水中へ入ることができる
	アシカ	①鼻からブクブクができる ②呼吸を10カウント止めることができる	水中でカエルポーズ、ストポーズ、あしこぎ、ビート、ハーフ、クロールができる（顔をつけない） しゃくり、鼻からブクブクができる 顔を1秒まだ、コツもしたができる
	ラッコ	①クラゲ浮きから伏し浮きができる ②ビート板けのび浮き10秒	水中でカエルポーズ、ストポーズ、あしこぎ、ビート、ハーフ、クロールができる ビート板を持って伏し浮きができる ビート板をキックして前に進むことができる 顔をつけてのし浮きができる
	イルカ	①けのび浮き10秒 ②けのびキック5m	ビート板、顔無しビート、ハーフ、クロールができる ビート板、クラゲ、伏し浮きができる 伏し浮きからけのびができる けのびからビート板を使ってキックができる
	18	①けのびキック7m ②ビート板顔上げキック12．5m	顔無しビート、ハーフ、クロール、バタフライ、背泳ぎができる けのびからビート板を使ってキックができる ビート板顔上げ、ビート、ハーフ、クロールができる
	17	①ビート板顔上げキック12．5m×２（往復） ②ビート板面キック12．5m(前後呼吸)	キックができて正しい姿勢ができる（腕をのばしたままでのばしかたが正しい） ビート板を使ってのビート、ハーフ、クロールができる 顔をつけ、息をふくことができる
Bクラス	16	①背面キック7m	仰向姿勢ができ、足がまっすぐのびている 腰上げ、腕を横に、腕を下ろしてのビート、ハーフ、クロールができる 背面潜水（ロングなどなしでもOK）ができる 背泳ぎの練習ができる（腕が）
	15	①きをつけロール12．5m	正しくしゃがんでからのロール、回転ができる 顔を上げないでロール前方ができる ロール前方を連続しておこなうことができる
	14	①ノーブレクロール7m	キックが安定しており、ビート、ハーフ、クロールができる ロール前方、ロール後方ができる ロール前方を連続している
	13	①右片手クロール(1P1B)12．5m ②左片手クロール(1P1B)12．5m	腕の引き方で正しい姿勢でのキックができる ロール前方を入れたり、ロール後方、ロール前方ができる 腕の引き方で、正しい姿勢でのキックができる 腕の開閉、伸びが安定ができる
	12	①クロール12．5m	正しいキックでの浮き姿勢ができる 呼吸をするためのロールをおこなうことができる 息継ぎ、呼吸、息がでる ロールがしっかりとできる
	11	①クロール25m	25m泳ぎ切ることができる 安定感のある浮き姿勢ができる キックが足（ふくらはぎ）を使い力がでる（ふくらはぎ） ロールができる 正しい腕の使い方、ロールができる
	10	①背泳ぎキック25m	仰向姿勢でのキック、ロールができる 腰が浮き、ヘッドアップ、ロール、ロール前後キックができる 正しいキックでのビート、ロールができる

別紙①津市産業・スポーツセンター子ども水泳教室 進級/判定基準

級		テスト項目	チェックポイント(判定基準)
Cクラス	9	①背泳ぎ25m	背泳ぎでのキック、ロールができている ハーフ・ビート、クロールでのロール前方ができない このロールを1日で何回行ったかを記録している
	8	①ビート板平泳ぎグライドキック（2K1B)12．5m	背泳ぎ姿勢でのキックができている 背泳ぎ姿勢でのロールができ、あまり深くなっていない ビート板、顔上げ、ビート、ハーフ、クロールができている ビート板、顔上げ、ビート、ハーフ、クロール、バタフライ、背泳ぎ、平泳ぎができている
	7	①ビート板平泳ぎキック（顔上げ）12．5m	背泳ぎ姿勢でのロールができ、あまり深くなっていない ビート板、顔上げ、ビート、ハーフ、クロールが難しいこと、ロールが難しいこと ビート板、顔上げ、ビート、ハーフ、クロール、バタフライ、背泳ぎ、平泳ぎができている
	6	①ノーブレ平泳ぎ（2K1P)12．5m	ヒップアップ、ヘッドアップ、ロールができる ビート板、顔無しビート、ハーフ、クロールができる ビート板、顔無しビート、ハーフ、クロール、バタフライ、背泳ぎ、平泳ぎができる ロール前方、ロール後方、ロール前方、ロール後方ができる
	5	①ひとかきひとけりスタート平泳ぎ25m	ヒップアップ、ヘッドアップ、ロールができる ビート板、顔無しビート、ハーフ、クロールができる ビート板、顔無しビート、ハーフ、クロール、バタフライ、背泳ぎ、平泳ぎができている ロール前方、ロール後方、ロール前方、ロール後方ができる
	4	①バタフライグライドキック12．5m	背泳ぎ姿勢でのキック、ロールができる ビート板、顔無しビート、ハーフ、クロール、バタフライ、背泳ぎ、平泳ぎができている ロール前方、ロール後方、ロール前方、ロール後方ができる
	3	①バタフライ12．5m	背泳ぎ姿勢でのキック、ロールができる ビート板、顔無しビート、ハーフ、クロール、バタフライ、背泳ぎ、平泳ぎができている ロール前方、ロール後方、ロール前方、ロール後方ができる
	2	①バタフライ25m	背泳ぎ姿勢でのキック、ロールができる ビート板、顔無しビート、ハーフ、クロール、バタフライ、背泳ぎ、平泳ぎができている ロール前方、ロール後方、ロール前方、ロール後方ができる
	1	100M個人メドレー	背泳ぎ、バタフライ、平泳ぎ、クロールができる 各種ターン、ターンができる ロール前方、ロール後方、ロール前方、ロール後方ができる

コース	1コース	2コース	3コース
50mクロール(Fr)	57秒	53秒	49秒
50mバタフライ(Bu)	1分02秒	58秒	51秒
50m平泳ぎ(Br)	1分05秒	1分00秒	57秒
50mバタフライ(Ba)	59秒	55秒	52秒
SP5.（50m個人メドレー）	2分07秒	2分05秒	2分00秒
SP6.（50m個人メドレー）	1分51秒	1分48秒	1分42秒

別紙②〈子ども水泳教室移行早見表〉
2026年3月末テストでお渡しの移行新ワッペンとなります

現在級	⇒	移行級	現在級	⇒	移行級
カニ	合格 ⇒	アシカ	8	合格 ⇒	8
	もう少し ⇒	カニ		もう少し ⇒	8
アシカ	合格 ⇒	ラッコ	7	合格 ⇒	7
	もう少し ⇒	アシカ		もう少し ⇒	8
ラッコ	合格 ⇒	ラッコ	6	合格 ⇒	4
	もう少し ⇒	アシカ		もう少し ⇒	5
イルカ	合格 ⇒	イルカ	5	合格 ⇒	3
	もう少し ⇒	ラッコ		もう少し ⇒	4
18	合格 ⇒	18	4	合格 ⇒	2
	もう少し ⇒	イルカ		もう少し ⇒	3
17	合格 ⇒	17	3	合格 ⇒	1
	もう少し ⇒	18		もう少し ⇒	2
16	合格 ⇒	15	2	合格 ⇒	SP1
	もう少し ⇒	16		もう少し ⇒	1
15	合格 ⇒	14	1	合格 ⇒	SP1
	もう少し ⇒	15		もう少し ⇒	SP1
14	合格 ⇒	13	SP6	合格 ⇒	SP1
	もう少し ⇒	14		タイム未達成 ⇒	SP1
13	合格 ⇒	12	SP5	合格 ⇒	SP1
	もう少し ⇒	13		タイム未達成 ⇒	SP1
12	合格 ⇒	11	SP4	合格 ⇒	SP1
	もう少し ⇒	12		タイム未達成 ⇒	SP1
11	合格 ⇒	11	SP3	合格 ⇒	SP1
	もう少し ⇒	11		タイム未達成 ⇒	SP1
10	合格 ⇒	9	SP2	合格 ⇒	SP1
	もう少し ⇒	11		タイム未達成 ⇒	SP1
9	合格 ⇒	8	SP1	合格 ⇒	SP1
	もう少し ⇒	9		タイム未達成 ⇒	SP1

津市産業・スポーツセンター
TEL:059-223-4655 FAX: 059-223-4656
〒514-0056
三重県津市北河路町 19-1
施設 HP
二次元コード

●営業時間
【9:00～22:00】
【総合受付 8:40～22:00】
●休館日
全館休館:年末年始(12/29～翌年 1/3)
※その他臨時休館日等あり
プール休館日 :毎月第２火曜日