

プール開き

11月16日(水)

プールの季節がやってきました！！

今年度は全校プールを水・木の5、6校時に、学年団毎のプールを週に1回設定しています。今年初めてのプールは全校プールでした。

全校プールはG1～G9の児童生徒が一斉に入水し、3人以上の教師でそれぞれのレベル別に指導を行う事で、指導効率を上げることが目的です。

またJSJでは入水基準(気温+水温=50℃以上)が定められています。本日は基準ぎりぎりのプールだったため、太陽が隠れた時の児童生徒の中には、寒さに耐えながら頑張っている姿も見受けられました。

児童生徒の水泳カードの裏面には学年ごとに目指すべき級が書かれています。自分の目標を決めて頑張ってくれることを期待しています。

週間予定表

11 SWIMMING	
WATER	23
AIR	25
TOTAL	48 ?

合計が50℃を下回るとプールには入れません。



JSJ水泳進級カード

()年 名前()

級	テスト	ゴウカク キョリ 合格距離	合格印
カニ	プールで遊べる		
カメ	顔洗い		
メダカ	顔つけ(バブリング)		めざせG1
ラッコ	潜り(ボビング)		
ペンギン	伏し浮き		
イルカ	背浮き		めざせG2
クジラ	けのび		
15級	ビート板キック	5m	
14級	面かぶりキック	5m	めざせG3
13級	面かぶりクロール	10m	
12級	12.5mクロール(呼吸つき)	12.5m	めざせG4
11級	12.5m背泳ぎキック	12.5m	
10級	25mクロール	25m	めざせG5
9級	25m平泳ぎキック	25m	
8級	25m平泳ぎ	25m	
7級	25mクロール・25m平泳ぎ	50m	めざせG6
6級	50mクロール	50m	
5級	50m平泳ぎ	50m	
4級	25m背泳ぎ	25m	めざせG7
3級	50m背泳ぎ	50m	
2級	100m どれか1種目	100m	
1級	25m測定 <small>中学生平均クロールタイム 男子20秒, 女子22秒</small>	25m	めざせG9