

2025年4月からの ジュニア(幼児)水泳 級編成

レベル	補助具	種目	新級	旧級	種目	補助具
初級	アイフムヘルクパス	バブリング・水かぶり・水中歩行	10	13	口からブクブクバグが出来る (バブリング)	アイフムヘルクパス
					バケツで頭から水をかけられる (水かぶり)	
					水中歩行が出来る	
		顔付け 3秒・おもちゃ拾い	12	顔付け 3秒		
		水中移動 3m	追加「練習場所から流れた際、自分で戻れる余裕を作るため」			
		ポビング 3回・ふし浮き 5秒	9	10	ポビング 3回	
		顔付け水中移動 5m			顔付けふし浮き 5秒	
		背面キック 3m			顔付け水中移動 5m	
追加「仰向けに浮くことで今後の呼吸動作につなげるため」						
中級	ヘルパー	足ジャンプ～水中移動 3m	8	9	追加「水中に落下した際、不安がらず元の場所に戻るため」	ヘルパー
		ポビング 5m			ポビング移動 5m	
		けのび 3m			けのび 3m	
		板キック 12.5m	8	板キック(顔上げ) 12.5m		
		クライドキック 5m	7	グライドキック 5m		
	背面けのび 3m	追加「仰向けに浮くことで今後の呼吸動作につなげるため」				
	きれいに	背面キック 5m	6	6	追加「キック力の向上で呼吸を安定させるため」	
		ノーブレイクロー 7m			ノーブレイクロー (呼吸なしクロー) 7m	
		クロー 12.5m	5	5	クロー 12.5m	
		クロー 25m	5	4	クロー 25m	
背面クライドキック 12.5m		4	3	距離変更背面グライドキック 7m		
背泳ぎ 25m	背泳ぎ					
平泳ぎグライドキック 7m	3	2	平泳ぎグライドキック 7m			
平泳ぎ 25m			平泳ぎ 25m			
バタフライグライドキック 12.5m	2	1	バタフライグライドキック 12.5m			
バタフライ 25m			バタフライ 25m			
特級	タイム測定	クロー 25m	1	0	4泳法25m泳げる	初段
		背泳ぎ 25m				
		平泳ぎ 25m				
		バタフライ 25m				
		クロー 25m				

特級 初段 目標タイム

	クロール	背泳ぎ	平泳ぎ	バタフライ	個人メドレー
幼児	30"00	32"50	37"50	33"00	2'20"0
1年生	27"95	30"50	35"35	30"60	2'15"0
2年生	25"80	28"55	32"05	27"60	2'10"0
3年生	23"65	26"60	28"75	25"60	2'07"0
4年生	21"85	24"15	27"10	23"35	2'03"0
5年生	20"85	23"10	26"05	22"30	2'02"0
6年生	19"90	22"05	24"85	21"24	2'00"0
中学生	19"15	21"20	23"90	20"45	1'58"0

個人メドレー：バタフライ・背泳ぎ・平泳ぎ・クロールの順番で泳ぐ種目

清島級	小学校の進級表		
10	赤1	プールのよこを歩くことができる	
	赤2	あたままで、水に入ることができる	
9	赤3	ふしうき・だるまうきができる (5秒間)	
8	赤4	けのびができる 5m	
7	黄1	自由泳ぎ 10m	
	黄2	自由泳ぎ 15m	
	黄3	自由泳ぎ 25m	
5	黄4	正しいフォームでクロー 25m	
	青1	ビート板を使ってかえる足 15m	
3	青2	手足をリズムよく動かして平泳ぎ 15m	
	青3	正しいフォームで平泳ぎ 25m	
	なし	青4	クロー 50m
特級	なし	青5	クロー 100m
		クロール 25m	平泳ぎ 25m
	緑1	30秒	36秒
	緑2	25秒	30秒
	緑3	21秒	25秒
	緑4	18秒	21秒

注：黄1～3・青4・5は清島級に存在しませんので予めご了承ください。