

# 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	11	潜っておもちゃを拾う事が出来る		
			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「練習場所から流れた際、自分で戻れる余裕を作るため」					
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	7	クライドキック 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」			
		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	6	6	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		
上級		背面クライドキック 12.5m	4	3	距離変更背面クライドキック 7m		
		背泳ぎ 25m			背泳ぎ		
		平泳ぎクライドキック 7m	3	2	平泳ぎクライドキック 7m		
		平泳ぎ 25m			平泳ぎ 25m		
		バタフライクライドキック 12.5m	2	1	バタフライクライドキック 12.5m		
	バタフライ 25m	バタフライ 25m					
	きれいに	クロー 25m	1	0	4泳法25m泳げる		
		背泳ぎ 25m					
		平泳ぎ 25m					
		バタフライ 25m					
特級	タイム測定	クロー 25m	初段	0	4泳法25m泳げる		
		背泳ぎ 25m					
		平泳ぎ 25m					
		バタフライ 25m					

## 特級 初段 目標タイム

	クロー	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
なし	青5	クロー 100m	平泳ぎ 100m
	特級		クロー 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。