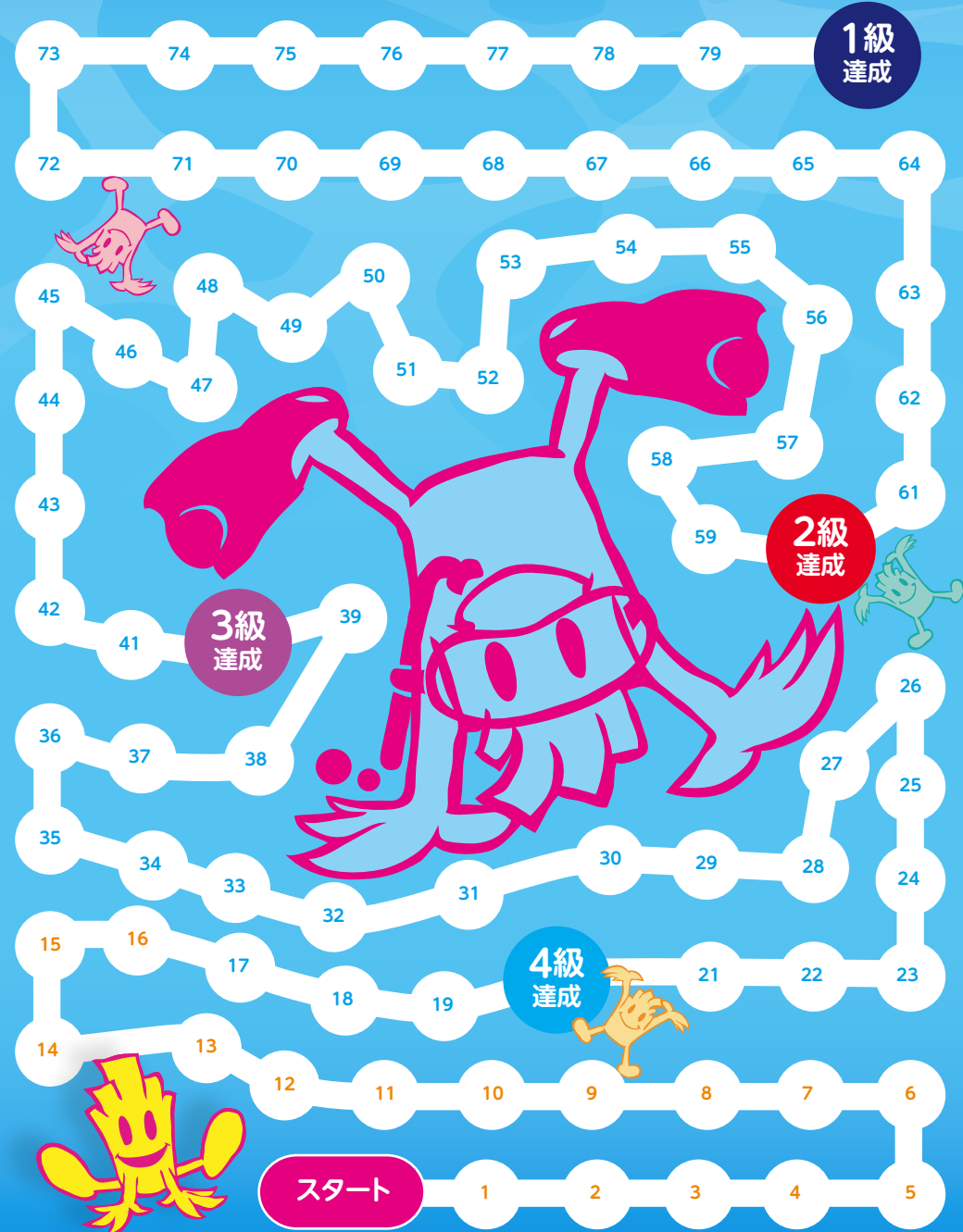


米田功スイミングスクール

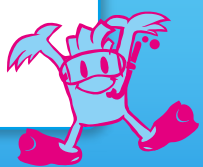
評価表 中級

たくさんの出来た!!を
体験しよう!!



火・水・木・金・土	コース
氏名	
夢	
目標	

意気込みを書こう!!





10のテーマ

- 1 あいさつをする
- 2 人の話を聞く
- 3 夢を宣言する
- 4 目標をもって練習する
- 5 失敗しても下を向かない
- 6 プラスの言葉
「出来ないと思ったら～、やってやる!」
- 7 挑戦する
「新しいことは～、挑戦する!」
- 8 上手な人のマネをする
- 9 全力で頑張る
- 10 最後まで諦めない

下記表記の項目は補助具の使用が可能です。



浮き具の使用が可能 ビート板の使用が可能 フィンの使用が可能

保護者からお子様へのメッセージ

.....

.....

.....

.....

.....

4級

平泳ぎ	クロール	背泳ぎ	バタフライ
<input type="checkbox"/> 水中ジャンプをしながら平泳ぎのPull動作ができる	<input type="checkbox"/> 3ストローク1ブレスで泳げる	<input type="checkbox"/> 片手背泳ぎで12.5m泳げる	<input type="checkbox"/> 陸上でドルフィンキックができる
<input type="checkbox"/> 平泳ぎ顔つけのキックで25m泳げる	<input type="checkbox"/> クロール顔つけのキックで25m泳げる	<input type="checkbox"/> 両手背泳ぎができる	<input type="checkbox"/> 陸上でバタフライのPull動作ができる
<input type="checkbox"/> 顔上げ平泳ぎで12.5m泳げる	<input type="checkbox"/> Pull動作で12.5m泳げる	<input type="checkbox"/> 水中を背泳ぎのキックで泳げる	<input type="checkbox"/> 壁キックでドルフィンキックができる
<input type="checkbox"/> Carty Pull=平泳ぎ Kick=ドルフィンキックで12.5m泳げる	<input type="checkbox"/> Carty Pull=クロール Kick=ドルフィンキックで12.5m泳げる	<input type="checkbox"/> Carty Pull=背泳ぎ Kick=ドルフィンキックで12.5m泳げる	<input type="checkbox"/> ドルフィンキックで進む事ができる
<input type="checkbox"/> 平泳ぎで25m泳げる	<input type="checkbox"/> クロールで25m泳げる	<input type="checkbox"/> 背泳ぎで12.5m泳げる	<input type="checkbox"/> 水中ジャンプしながらバタフライのPull動作ができる
<input type="checkbox"/> 3つのCartyの中から一つクリアする			

3級

平泳ぎ	クロール	背泳ぎ	バタフライ
<input type="checkbox"/> ひとかきひとけりができる	<input type="checkbox"/> ターン動作ができる	<input type="checkbox"/> バサロキックができる	<input type="checkbox"/> 水中をドルフィンキックで進む事ができる
<input type="checkbox"/> 片手平泳ぎで12.5m泳げる	<input type="checkbox"/> 顔上げクロールで12.5m泳げる	<input type="checkbox"/> 背泳ぎのタッチ動作ができる	<input type="checkbox"/> ドルフィンキックで7m泳ぐ事ができる
<input type="checkbox"/> 2回キックして1回Pull動作の平泳ぎができる	<input type="checkbox"/> 25mクロール 30秒以内	<input type="checkbox"/> 片手背泳ぎで25m泳げる	<input type="checkbox"/> Pull動作で進む事ができる
<input type="checkbox"/> Carty Pull=平泳ぎ Kick=クロールキックで12.5m泳げる	<input type="checkbox"/> Carty Pull=クロール Kick=ドルフィンキックで25m泳げる	<input type="checkbox"/> Carty Pull=背泳ぎ Kick=ドルフィンキックで25m泳げる	<input type="checkbox"/> 片手バタフライで7m泳げる
<input type="checkbox"/> 平泳ぎで50m泳げる	<input type="checkbox"/> クロールで50m泳げる	<input type="checkbox"/> 背泳ぎで25m泳げる	<input type="checkbox"/> バタフライで進む事ができる

2級

平泳ぎ	クロール	背泳ぎ	バタフライ
<input type="checkbox"/> 飛び込みからひとかきひとけりができる	<input type="checkbox"/> クイックターンをする事ができる	<input type="checkbox"/> 背泳ぎの飛び込みスタートから水中バサロキックをする事ができる	<input type="checkbox"/> 水中をドルフィンキックで5m泳げる
<input type="checkbox"/> Carty Pull=平泳ぎ Kick=ドルフィンキックで25m泳げる	<input type="checkbox"/> 飛び込みからクロールを泳ぐ事ができる	<input type="checkbox"/> 両手背泳ぎで12.5m泳げる	<input type="checkbox"/> 片手バタフライで12.5m泳げる
<input type="checkbox"/> 顔上げ平泳ぎで30秒泳ぎ続ける事ができる	<input type="checkbox"/> Carty Pull=クロール Kick=平泳ぎで12.5m泳げる	<input type="checkbox"/> Carty Pull=背泳ぎ Kick=平泳ぎで12.5m泳げる	<input type="checkbox"/> Carty Pull=バタフライ Kick=クロールキックで12.5m泳げる
<input type="checkbox"/> ひとかきひとけりありで50m平泳ぎができる	<input type="checkbox"/> クイックターンをして50mクロールを泳げる	<input type="checkbox"/> 背泳ぎで50m泳げる	<input type="checkbox"/> バタフライで12.5m泳げる
<input type="checkbox"/> PairSwim Kickで12.5m泳げる		<input type="checkbox"/> PairSwim Pullで12.5m泳げる	
<input type="checkbox"/> 25m平泳ぎ36秒以内 or 25m背泳ぎ34秒以内			
<input type="checkbox"/> 50m個人メドレーを泳げる			

1級

平泳ぎ	クロール	背泳ぎ	バタフライ
<input type="checkbox"/> 片手平泳ぎで25m泳げる	<input type="checkbox"/> ドルフィンキックを使ったスムーズな浮き上がり動作ができる	<input type="checkbox"/> 背泳ぎのターン動作ができる	<input type="checkbox"/> 飛び込みから水中ドルフィンキックをする事ができる
<input type="checkbox"/> Carty Pull=顔上げ平泳ぎ Kick=ドルフィンキックで25m泳げる	<input type="checkbox"/> 顔上げクロールで25m泳げる	<input type="checkbox"/> 顔上げ背泳ぎで12.5m泳げる	<input type="checkbox"/> 顔上げバタフライができる
<input type="checkbox"/> Carty Pull=平泳ぎ Kick=クロールキックで25m泳げる	<input type="checkbox"/> Carty Pull=クロール Kick=平泳ぎで25m泳げる	<input type="checkbox"/> Carty Pull=背泳ぎ Kick=平泳ぎで25m泳げる	<input type="checkbox"/> Carty Pull=バタフライ Kick=平泳ぎで12.5m泳げる
<input type="checkbox"/> 周辺動作と泳法に違反無く50m泳げる	<input type="checkbox"/> 周辺動作と泳法に違反無く50m泳げる	<input type="checkbox"/> 周辺動作と泳法に違反無く50m泳げる	<input type="checkbox"/> バタフライで25m泳げる
<input type="checkbox"/> PairSwim Kickで25m泳げる		<input type="checkbox"/> PairSwim Pullで25m泳げる	
<input type="checkbox"/> 50m個人メドレー65秒以内			
<input type="checkbox"/> 100m個人メドレーを泳げる			