神奈中スイミングのベビークラスは…

神奈中スイミングでは、安全水泳を第一に考え、水泳を習うことにより「水の中で自分の身を守れる」を目的としたものを提供するとともに、水慣れから４泳法までを無理なく楽しく段階的に指導しています。
そもそもベビースイミングは、家庭用プールが普及しているアメリカ・ヨーロッパで、子どもが誤ってプールに落ちてしまう水難事故が多く起こった事から、水に落ちても安全な場所まで泳げるようにと始まりました。
「６ヶ月から始めさせるのは早いのでは？」と思う方も多いかもしれませんが、「自分の身は自分で守る」という知識と自己保全動作を小さいうちからしっかり身につけさせ、いざという時の正しい判断力をつけさせてあげましょう。個人差はありますが、水への恐怖心が出にくい１歳前に始めることで、水慣れも早くなります。

神奈中スイミング
ベビークラスのレッスン

リズム体操

準備体操は音楽に合わせてリズム体操をします！これからプールに入ることを自覚させ、集中力を高めることを目的としています。

ウォーミングアップ

お水の中でユラユラしながら脇の屈伸運動や、「高い高い」をして水しぶきや抵抗を体感させたり、壁や床を蹴って膝の屈伸運動など、日常生活に大切な筋力も同時に鍛えていきます！

おもちゃ拾い

月齢の低いお子さんは、物を掴んで放す練習にもなります。もちろんお片付けの練習にもなります！

すべり台

陸上のすべり台との違いは、だんだん深くなることによって、水の深さに対応出来るようになる事です！それに伴い、腹筋や背筋も使っています！

その他色々

マットに乗ってお散歩したり、バタ足や背浮きの練習をしたり、プールサイドに上がる時など這い上がる時に腕の力を使ったり、ジャンプ力も養ったり、水の抵抗や浮力でバランス感覚を身に着けたり、空間認知脳を鍛えたりと、知らず知らずのうちに身体や心が成長していきます！

パパ・ママと離れての
ひとりだちに向けて

月齢にや水慣れに合わせて、グループ分けをしてレッスンしています。
月齢の低いお子様や入会されたばかりのお子様は、出来ることや興味のある事から少しずつお水に慣れていきます。
月齢の高いお子様は、パパ・ママと離れてコーチやお友達とレッスンをしたり、好きな事はもちろん苦手な事にも少しずつ挑戦をし、泳力を伸ばしています。
お子様一人一人の性格や個性に合わせたレッスンを行っています。

健診やイベント
卒業式

２ヶ月ごとに健診を行っています。特にこの頃の月齢のお子様は成長がとても早いです。どれだけ身長が伸びたか、どれだけ体重が増えたか、お子様の成長する姿はご家族にとってとても嬉しい事と思います。それを記入し、さらにコーチとご家庭の通信欄があるベビーカードもありますので、お子様の記録が目に見えてわかります。
また、スクールによって各種イベントも行っています。普段のレッスンとは違った一面が見れるので、お友達やコーチ、保護者の方同士が仲良くなるひとつのきっかけにもなります。
３才も近くなり、心身ともに成長されたお子様も、ベビークラスを卒業しなければならない時がやってきます。神奈中スイミングでは、ベビークラスを卒業される際に、オリジナルの卒業証書をお渡ししています。

水泳を通し、日常生活や人間形成の場としてお子様の成長のお手伝いが出来ればと、神奈中スイミングスタッフは心がけて指導しております。

保護者の方がコーチです！
指導法はコーチが伝授します！