

PAL ジュニア体育教室

2024年4月度より進級基準変更のお知らせ

日頃よりパルスイミング6・3をご愛顧いただき誠にありがとうございます。

今回は2024年4月度からの進級基準変更についてお知らせをいたします。通っていただいているお子さまにより体を動かすことを楽しみながらどんどん上達していただけるように進級基準を変更することになりました。詳細につきましては下記をご確認ください。

チャレンジノートについて

- ・コメントに関しては現在使用しているチャレンジノートでやり取りを継続させていただきます。
- ・「できたッ！」のハンコにつきましては、新たに「できたッ！シート」作成させていただきました。6月度の次回チャレンジの際に配布させていただきますのでよろしくお願いいたします。

チャレンジについて

- ・3カ月に1度行います。6, 9, 12, 3月度にチャレンジを行います。
- ・たくさんの技に触れていただき、よりお子さまの「楽しい!」「もっとやりたい!」を引き出していきますのでよろしくお願いいたします。

2024年4月度～進級基準

	マット	鉄棒	跳び箱
1級	グージャンプ	ぶら下がり	グーパージャンプ 5回
2級	でんぐり返し	豚の丸焼き	踏切ジャンプ
3級	ケンケン(左右)5回	足抜き回り(前)	踏切ジャンプ(2段)横
4級	スキップ	足抜き回り(後ろ)	馬乗り(4段)
5級	ブリッジ 10秒	腕支持10秒(つばめ)	飛び乗り・降り(4段)
6級	前転(坂あり)	布団干し	飛び越し(助走なし)
7級	前転	前回り	開脚跳び(4段)横
8級	後転(坂あり)	逆上がり(壁)	開脚跳び(5段)横
9級	後転	逆上がり(台あり)	開脚跳び(6段)横
10級	開脚後転	逆上がり	開脚跳び(6段)縦
11級	開脚前転	片足逆上がり	開脚跳び(7段)縦
12級	壁倒立 10秒	空中逆上がり	開脚跳び(8段)縦
13級	側転(横)	足掛け上がり	閉脚跳び(6段)横
14級	三点倒立	足掛け後ろ回り	閉脚跳び(7段)横
15級	倒立前転	両ひざ掛け後ろ回り	閉脚跳び(8段)横
16級	倒立ブリッジ	足掛け前回り	台上前転(6段)
17級	ホップ～側転	空中前回り(補助具あり)	首はね跳び(6段)
18級	ロンダート	空中前回り	倒れこみ(4段)
19級	ハンドスプリング	そんきょ	前転跳び(4段)
20級	バク転	グライダー	側転跳び(4段)