

慶應義塾幼稚舎生のみなさんへ

慶應義塾体育会水泳部 主催

「慶應義塾幼稚舎生対象水泳教室」

この度、慶應義塾体育会水泳部では下記の要領にて「慶應義塾幼稚舎生対象水泳教室」を実施致します。
 どちらのコースも普段の授業やスイミングスクールでは経験できない内容となっております。
 是非ふるってご参加ください。

記

1. コース内容**1. アクアゲームコース**

<目的>

東京五輪種目である「水球」の導入種目となる、「アクアゲーム」を実施します。
 チームワークやボールセンスなどの基礎的運動能力の育成を目指します。

<内容(予定)>

1回目	パス練習を中心に、水中でのボールの扱いに慣れる。
2回目	パス・シュート練習を中心に、チームプレーを学ぶ。
3回目	パス・シュート練習を活かした、簡単なゲームを行う。
4回目	まとめとして、ゲーム大会を行う。

<担当>

体育会水泳部水球部門 （ 監督:峰岸 隆、 主将:内野 泰輔、 主務:嶋本 悠里 ）

2. 飛込コース

<目的>

大学の飛び込みプールで、高いところから飛び込んでみる体験を楽しく安全に体験できます。
 高い所に慣れるだけでなく、体の柔軟性やバランス能力の育成を目指します。

<内容(予定)>

1回目	0m、1mの飛込台を用いて、足から水中に飛び込む、「棒飛び」を練習する。
2回目	3m、5mの飛込台を用いて、頭から水中に飛び込む、「入水」を練習する。

<担当>

体育会水泳部飛込部門 （ 監督:川端 泰弘、 主将:宮下 恭平、 主務:森田 貴紀 ）

2. 日時と定員

1. アクアゲームコース 開催日:11月17日、24日、12月1日、8日(全4回)
定員: 1、2、3年生 15名、4、5、6年生 15名(先着順)
2. 飛込コース 開催日:12月1日、8日(全2回)
定員: 1、2、3年生 15名、4、5、6年生 15名(先着順)

※いずれも日曜日、時間は**10:30~12:00**(準備体操等の時間を含む)

※いずれのコースも各回を通じて段階的に技術を身に付けていただく内容となっておりますので、
極力全日程への参加をお願い致します。

3. 会場・受付・集合場所

慶應義塾大学日吉キャンパス 協生館地下1階大学体育施設(次ページ地図参照)

※大学体育施設内にて受付後、更衣室にて着替え、プールサイドに集合

※保護者の方は、プールサイドにて見学できます。

(プールサイドは土足禁止です。室内シューズ等をご持参ください。)

4. 集合時間

10:15(開始15分前)までにお越し下さい。(開始30分前より更衣室利用可)

5. 持ち物

水着、キャップ(水泳帽)、ゴーグル、タオル、Tシャツ、短パン

6. 申込方法

お申し込み、お問い合わせは右記の連絡先まで
メールにてご連絡をお願い致します。

お申し込みの際は、参加者の

①氏名、②学年・クラス、③希望コースをご記入ください。

お申し込み先	swim@ml.keio.jp
お問い合わせ先	question@ml.keio.jp

※定員に達した際は、各部門HPにて発表致しますので、下記のページをご確認ください。

アクアゲームコース(水球部門)

<http://keiowp.d2.r-cms.jp/>

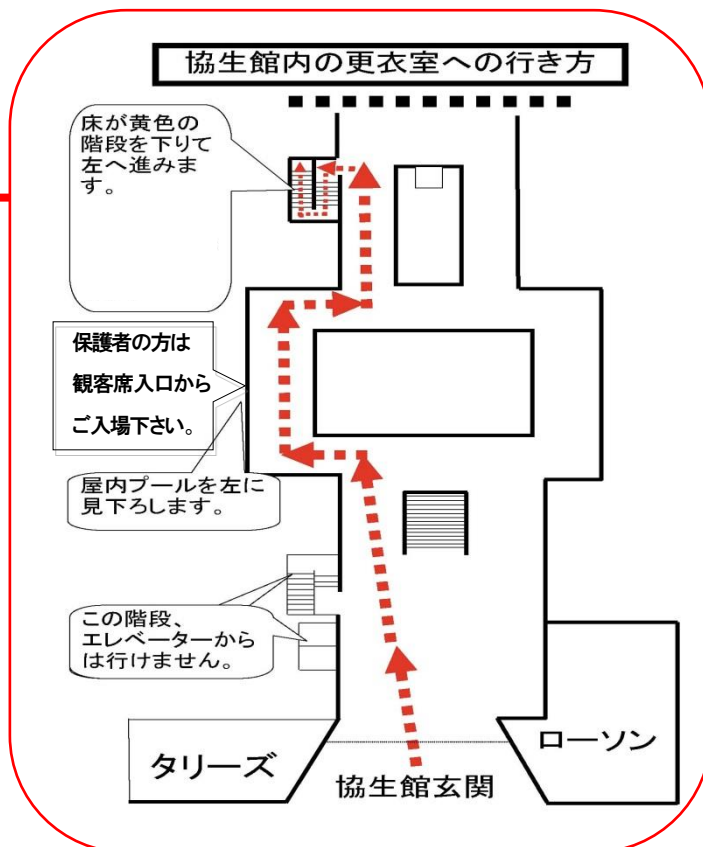
飛込コース(飛込部門)

<https://sites.google.com/site/keiodiving/home>

7. 注意事項

- 競技用プールのため、水温が低めです。プールサイドなどでは、ご自身で体温調整ができるよう、
濡れてもよい上着(短パン・Tシャツ・バスタオルなど)もご用意ください。
- 体調が悪いときは無理をしないようにしましょう。

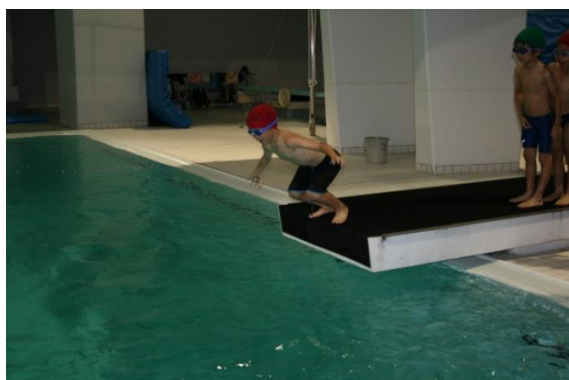
日吉キャンパス・協生館プールへのアクセス



過去の水泳教室の様子



アクアゲームコースはパス、シュートから始まり、水面に浮かべたゴールを利用したミニゲームを行います。また、児童の身長に応じて水深を変更し、水中を歩けるように配慮しますので泳げなくても大丈夫です。



飛込コースは写真にある低い飛込台(0m)から体験をして、最終的に一番高い飛込台(5m)に挑戦します。スタッフが浮き具を用意して水中に待機していますので、こちらも泳げなくても大丈夫です。