

藤沢 YMCA

キッズプログラムガイド

水泳・体操・チアダンス・サッカー・チャイルドケア

-2024-

▼水泳プログラム

YMCA 水泳クラスは誰もが泳げることを目標としています。泳げることが将来を担う子供たちの大切な命を水の事故から守る重要なスキルであると考えます。また、「一人ひとりを大切に」をモットーに少人数のグループを構成し、指導者と子供たちが心を通わせ励ましあいながら水泳を学んでいく過程で楽しさや達成感などを共感しあい、心身ともにたくましく成長してほしいと願っています。幼児、小・中学生クラスでは、YMCA独自のワッペンテスト（泳力テスト）を年に4回実施し、子どもたちの泳力評価と動機付けを行っています。

<ベビー> 親子でのスキンシップが大切な時期です

対 象	クラス	曜日	時 間	内 容	月費用 (税込)
6ヶ月～3歳未満のお子様と保護者	ベビーB	火	10:15～11:00	6ヶ月～2歳までの子どもたちの体は温かい羊水に包まれて育った胎児期を記憶していると言われていいます。親子のスキンシップを通して、適切な運動刺激を与えていきたいと考えています。	4回：8,096円 3回：6,072円
	ベビーD	木			
	ベビーF	土	13:35～14:20		
	ベビーフリー	上記クラスにいつでもご参加できます。			8,596円

<幼児> 年齢の近いお子さん同士で参加出来るクラスです

対 象	クラス	曜日	時 間	内 容	月費用 (税込)
3～6歳 (未就学児) ※ワッペンまで	ラッコC	水	15:00～16:00	年齢の近いお子さんと一緒に遊びながら水に慣れていきます。水の楽しさを体感してください。	4回：13,024円 3回：9,768円
	ラッコD	木			
	ラッコF	土	14:00～15:00		
	ラッコ週2	上記のクラスに週2回ご参加いただけます。			13,524円

※ワッペンフグ：クロール・背泳ぎで25mが泳げる程度

★泳げるお子様はビーバークラスがおすすめです

<幼児・小学生> 「できた！」達成感を大切にしています。ご兄弟で参加しやすいクラスです

対 象	クラス	曜日	時 間	内 容	月費用 (税込)
3歳～小学3年生 ※ワッペンまで	ビーバーB	火	16:00～17:00	遊びの中から徐々に水に慣れ、親しみ、そして泳ぐことの興味へとつなげていきます。 親離れできるかな？とご心配の方は、一度ご体験ください。 6名～8名のグループに1～2名の指導者がつきます。	4回：13,024円 3回：9,768円
	ビーバーC	水			
	ビーバーD	木			
	ビーバーF	土	15:00～16:00		
	ビーバー週2	上記のクラスに週2回ご参加いただけます。			13,524円

※ワッペンフグ：クロール・背泳ぎで100m・平泳ぎ50m・バタフライ25mが泳げる程度

★泳げるお子様はスイマークラスがおすすめです

<小学生・中学生> 初めて水泳をされる方も安心です。基本から段階的に指導いたします

対 象	クラス	曜日	時 間	内 容	月費用 (税込)
小学生	フリッパーF	土	11:00～12:00	基本的に6名（初級）～10名（上級）のグループ指導となります。	4回：13,024円 3回：9,768円
小学生～中学生	スイマーC	水	17:00～18:15		
	スイマーD	木			
小学生～高校生	スイマーF	土	16:00～17:15	泳力別グループ編成による練習で楽しく水泳を学びます。初めて水泳を学ぶお子様から段階的に正しい泳ぎを身につけるように指導いたします。	4回：14,784円 3回：11,088円
小学生～中学生	スイマー週2	上記スイマークラスに週2回ご参加いただけます。			

▼体操プログラム

「逆上がりができるようになりたい」「跳び箱を上手に跳べるようになりたい」などのチャレンジする心を大切にし、器械体操種目（鉄棒・マット・跳び箱）を練習します。ワッペンテストを年に4回実施し、習得度を測定します。

<幼児・小学生 器械体操> 遊具や器具を使って基礎運動を行います

対象	クラス	曜日	時間	内容	月費用 (税込)
3~6歳 未就学児	New 幼児器械体操 B	火	15:45~16:45	基礎運動と器械種目の練習を中心に、ワッペンテストにより達成度を明確にしていきます。初歩から丁寧に指導をいたしますので、初めての方でも安心して参加できます。	4回：10,472円 3回：7,854円
	幼児器械体操 C	水			
	幼児器械体操 F	土	10:45~11:45		
	幼児器械体操週2	上記幼児器械体操に週2回ご参加いただけます。			10,972円
年中~小学2年生	幼小器械体操 F	土	変更 15:15~16:15		4回：10,472円 3回：7,854円

<小学生 器械体操> 種目別に段階的に練習を行なっていきます

対象	クラス	曜日	時間	内容	月費用 (税込)
小学生	New 器械体操 B	火	17:00~18:15	段階的に技術を習得していきます。苦手種目も楽しみながら丁寧に指導し、自信をつけていきます。	4回：11,352円 3回：8,514円
	器械体操 D	木			
	器械体操 F	土	9:30~10:45		
	器械体操週2	上記器械体操に週2回ご参加いただけます。			11,852円

※施設の関係上、取得できるワッペンはネイビーブルーワッペンまでとなります。

<チアダンス> 人を応援するチアスピリットを養います

対象	クラス	曜日	時間	内容	月費用 (税込)
小学生	チアダンス	変更 金	16:15~17:15	音楽に合わせて楽しく体を動かしながら、チアダンスに欠かせない体力・筋力やリズム感、表現力、そしてチアリーダーとしてのスピリットを養います。チームでの活動を通し、協調・協力できる力を養うとともに、仲間を思いやる優しさや、尊敬心を身に付けていきます。また、日頃の練習を通し、「頑張る気持ち」や「やればできる」喜びと自信をリーダーや仲間とともに分かち合っていきます。	4回：10,472円 3回：7,854円

<基礎運動・かけっこ> 楽しく身体を動かしながら基礎的な運動神経を磨いていきます

対象	クラス	曜日	時間	内容	月費用 (税込)
年長~ 小学生	かけっこ	水	17:00~18:00	月ごとにポイントを絞った練習とサーキットトレーニングで走りの総合力を高めます。	4回：9,372円 3回：7,029円
3歳~ 年長	幼児 キッズコーディネーション	木	15:45~16:45	運動の基礎作りのためのコーディネーショントレーニングを行います。体の使い方に特化したトレーニングを通して、様々なスポーツにつながる動きを養います。	
小学生	キッズコーディネーションF	土	12:15~13:15	運動の基礎作りのためのコーディネーショントレーニングを行います。足の踏み替え動作（ステップ）やボール・平均台などを使い、「できた」という成功体験をしていきます。様々な身体の使い方を学習することで、より器用に身体を動かせるようになっていきます。	

▼サッカープログラム

サッカーは、多くの仲間と楽しむことのできる「スポーツ」です。YMCAのサッカーは、フェアプレイを実践しながら、年齢に応じた練習の中で技術向上を図っていきます。ボール遊びからサッカーの楽しさを知り、技術を身につけます。

対象	クラス	曜日	時間	内容	月費用 (税込)
変更 3歳~ 小学3年	室内サッカー	土	13:15~14:15	基本技術を年齢やレベルに応じて指導していきます。フェアプレイを尊重し、主体的に運動することを身につけていきます。	4回：6,908円 3回：5,181円

▼チャイルドケアプログラム

YMCAでは、子どもたちが伸び伸びと安全に遊べる環境を提供しながら『心と体の元気なこども』を育てていきます。幼稚園入園前に、保護者から離れ、同年代のお子様との活動を通して集団生活を学びます。

対 象	クラス	曜 日	時 間	内 容	月費用（税込）
2歳児 2021.4.2～2022.4.1 生まれの方 (お子様のみ)	プレスクールD	木	9:30～11:15	プール遊び・室内遊びなど	4回：13,508円
	プレスクールE	金	10:00～11:45	室内遊び・体育遊び・工作・お散歩など	3回：10,131円

※D・Eクラスで行う工作は同じものを制作します。
※2クラスご参加の場合は、各クラス費用が10%ずつ割引となります。

<ボランティア募集>

クラスの運営のお手伝いや行事運営のサポート、キャンプなどのボランティアを募集しています。関心のある方は、お問い合わせください。

<子ども支援（BAPY）基金>

BAPYとは、“Be A Partner of the Youth”の頭文字をとったもので、「子どもたち（青少年）のパートナーになろう」という意味です。YMCAの諸活動に経済的理由により、参加したくても参加できない子どもたち（青少年）に対して、費用の一部または全額を基金より援助するプログラムです。一人ひとりが自分の人生を切り拓いていくために様々な機会に参加できることは大切なことです。プログラムにご参加の際、ぜひご利用ください。（利用条件あり）

◆クラスお申し込みのみなさまへ◆

<p>【お申し込み方法】</p> <ol style="list-style-type: none"> 受付時間 火曜～金曜 9:30～18:30 土曜 9:30～17:30 (日・月曜、祝日は受付業務を行なっておりません。) お電話でご希望のクラスをご予約後、1週間以内に正式なお手続きをお済ませください。 <p>【お手続き方法】</p> <ol style="list-style-type: none"> 月の練習回数によって月費用が異なります。月費用欄には、4回の場合と3回の場合の金額を記載しております。スケジュールによって曜日ごとに練習回数が異なります。 銀行キャッシュカード、印鑑（銀行届出印）をご用意の上、受付にてお手続きをお願いします。 表示されている金額には消費税が含まれております。 <p>【クラス変更】</p> <ol style="list-style-type: none"> ご希望のクラスに空きのある場合のみお受けいたします。 前月末日（当日YMCAが休館の場合は前日）までにお申し出ください。 <p>【キャンセル・退会規定】</p> <ol style="list-style-type: none"> 入会金は、ご返金いたしませんのでご了承ください。 所定用紙の記入が必要です。電話での受付はできません。 当月末日（当日YMCAが休館の場合は前日）までに書面によりキャンセルのお申し出があった場合、翌月以降の費用は引き落としいたしません。 <p>【ご注意事項】</p> <ol style="list-style-type: none"> 申込状況によってはクラスを締め切り、または開講しない場合がございますので、あらかじめご了承ください。 年度途中で対象年齢になった場合は、誕生月の翌月よりご参加いただけます。 	<p>【グループ練習について】</p> <p>グループでの練習が基本となります。集団の練習になじめない方や特別な練習が必要となる場合は、ご相談ください。</p> <p>【購入品】</p> <p>年間クラスにご参加される方は、YMCA指定のユニフォームをご購入いただけます。 水泳クラス(ベビークラス除く).....水着、水泳帽 チアダンスクラス.....ユニフォーム一式 体操クラス・室内サッカークラス.....Tシャツ プレスクール.....Tシャツ</p> <p>【健康管理】</p> <ol style="list-style-type: none"> 運動は、身体に適度な負荷をかけることにより、より健康な状態を実現するものですが、疾病がある場合は、逆に健康を害することがありますので、毎回クラス前にご自宅での検温をお願いしております。 体調に不安のある方、現在疾病で治療中の方、既往症のある方、薬を服用されている方は、医師に相談の上、入会をされることをお勧めします。 入会手続きの際に、所定の健康確認書（申込書裏面）を記入いただけます。 3歳以上で水泳年間クラスに参加する場合、参加初日までに心電図測定を受診または、医師による心臓疾患の有無の確認と、水泳プログラムへの参加に支障がないことを証明する病院指定の健康診断書を提出いただけます。 2歳以下（ベブイスイミング含む）で年間クラスに初めて参加する場合、プログラム開始前までに母子手帳の最新の検診結果をご提出いただけます。また、ベブイスイミングは保護者の問診票を提出いただけます。 <p>【下記に該当される方はご相談ください】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①心臓に疾患のある方 ②脳貧血を起こしやすい方 ③耳に病気または異常のある方 ④目に病気のある方 ⑤てんかん体質・卒倒性体質の方 ⑥伝染性の皮膚疾患のある方 ⑦その他医師から運動を禁じられている方
---	--

藤沢YMCA

〒251-0025 藤沢市鵜沼石上 1-13-7

電話: 0466-26-1151 FAX: 0466-26-3406

HP: <http://www.yokohamaymca.org>

受付時間 火～金曜日 9:30～18:30 土曜日 9:30～17:30 (日・月曜休館)

