

横浜中央 YMCA 季節講習会ハンドブック

YMCA とウェルネス



YMCA は、1844 年ロンドンで、教会に集う若者達によって誕生し、124 の国と地域に広がる社会教育団体です。人々の身体・知性・精神をバランス良く高めていくことを願いとして、様々な活動を実施しています。講習会では、お子さまが生涯健康な生活を営むために水泳や体操などのスポーツ技術を身につけ、技術を習得する際に得る成功体験により自分自身に自信を持ち、自分の身の周りのことを自分で行うことで自立心を高め、友人との交流を深めていくことで人間関係や社会性を身につけていく、これらのことを通して、お子さまが生涯にわたり、健康的な生活を営むことを願いとしています。

キャラクター・ディベロップメント

人格形成に必要とされる価値は様々ですが、その中でも YMCA は大切な価値：Caring（おもいやり）、Honesty（誠実さ）、Responsibility（責任感）、Respect（尊敬心）に注目しています。人は競争原理の中で育てられると、自分の事だけを大切に、まわりの人を思いやる心を忘れ、ひいては自分よりも弱い人を見つけ攻撃するようにさえなっていきます。これらの価値は誰にとっても何も新しいものではありませんが、あえて今だからこそ、私たち YMCA はこれらの価値を意識し、プログラムの中に取り入れ、子どもたちに伝えたいと願っています。

水泳プログラム

■持ち物

- ・水着 : 指定購入品はございません。各自でご用意ください。
 - ・水泳帽 : 指定購入品を3階受付にてご購入ください。
 - ・タオル : 各自でビニール袋などに入れてお持ちください。
(ビニール袋にはお名前をご記入ください。)
- (・洗濯ばさみ : 靴の取違い予防としてあったほうがおススメです。)

※ゴーグルは健康上の問題がない限り、水中で目を開けられるようになってから着用します。
(水泳ワッペン・クラゲ赤程度)

■クラスの流れ

<クラス前>

- ・クラス開始の15分前より、3階ロビーから更衣室への入室が可能です。
- ・ご入室の際は健康チェックカードの提出をお願いいたします。
- ・更衣時間短縮のため、可能な場合は水着を着用してからのご来館にご協力ください。
- ・タオルをビニール袋などに入れてからシャワー室へ向かいます。
- ・更衣室の利用は、幼児のお子さまに限り保護者の同伴が可能です。
保護者の方の性別に合わせて更衣室をご利用ください。

<クラス開始>

- ・2階の観覧席をご利用いただけます。(※館内ではマスクの着用を推奨いたします。)

<クラス終了・着替え>

- ・クラス終了後、シャワーを浴びてから更衣室へ戻ります。
- ・参加人数によっては分散して更衣を行う場合がございます。
- ・帰宅方法については、あらかじめご家庭内でご確認ください。
- ・更衣室備え付けの壁掛けドライヤーをご利用いただけます。

体育館プログラム

■持ち物

- ・ **動きやすい服装** : 指定購入品はございません。上下ともに各自でご用意ください。
Tシャツの胸に大きく名前をお書きください。(布やテープも可)
- ・ 水筒
- ・ 汗拭きタオル
- ・ **室内シューズ** : サッカー・かけっこクラスのみ使用いたします。
(・洗濯ばさみ : 靴の取違い予防としてあったほうがおすすめです。)

■クラスの流れ

<オリエンテーション>

- ・ 通常のオリエンテーションは行いません。
- ・ クラス開始 15 分前から 3 階の更衣室より入場ができます。

<クラス準備>

- ・ 入口で靴を脱ぎ下駄箱に入れます。検温を行い、健康チェックカードを提出します。
- ・ ロッカーに荷物を置き、更衣室にて待機します。靴下を脱ぎ、飲み物とタオルを準備しましょう。
- ・ リーダーの指示にしたがって体育館にあがります。

<クラス開始>

- ・ 5 階ランニングトラックより保護者の方の観覧が可能です。

<クラス終了・着替え>

- ・ クラス終了後 3 階の更衣室にて解散いたします。
- ・ 更衣室または、3 階口ビーにてお待ち頂き、お子さまと合流してください。

お願い

- ・更衣室内での飲食及び携帯電話の使用はできません。
- ・クラスの撮影はお断りしています。
- ・更衣室以外での更衣はご遠慮ください。
- ・クラス開始時刻を過ぎてからのご参加は3階受付にお越しくください。
- ・お子さまをお連れの方は、安全面に留意していただくようお願いいたします。
- ・講習会をご欠席される場合はYMCAにご連絡ください。
- ・紛失防止のためお子さまの荷物には氏名をご記入ください。
- ・紛失物のお問い合わせは3階受付またはお電話にて承ります。
- ・参加者の健康状態を把握し、事故を未然に防ぐために健康チェックカードの提出にご協力ください。

ワッペンテスト

- ・技能測定及び評価のため、サッカー・かけっこ講習会を除き最終日にワッペンテストを実施します。
 - ・テスト当日にはワッペン(合格者のみ)をお渡しします。
 - ・テストの合否はれんらくアプリでお知らせします。
 - ・やむを得ずテストをご欠席された場合は、期間中の練習状況を考慮して認定いたします。
- ※ワッペン(合格者のみ)はクラス内または郵送にてお渡しさせていただきます。

見学会

- ・4日間講習会は2日目に見学会を実施いたします。
 - ・5日間講習会は3日目に見学会を実施いたします。
 - ・見学会に限り、写真・動画の撮影が可能です。
- ※撮影した写真・動画をインターネット上に公開することは禁止いたします。
- ・見学会はクラス開始15分後～クラス終了15分前の間で実施いたします。
 - ・入退室はスタッフがお声がけをさせていただきますので3階受付前でお待ちください。

横浜中央YMCA ウェルネススポーツクラブ

〒231-8458 横浜市中区常盤町1-7

電話：045-661-0084