

YMCAワッペンテスト



YMCAの水泳基準は、全国のYMCAが同一基準で実施する水泳の総合テストで、目的はあくまでも水泳プログラムに参加する子どもたちの技能を客観的に評価し、水泳に対する動機づけを行うものです。しかし、広い範囲の泳力を10段階に大別していますので、ワッペンごとの段階が上がるというシステムではありません。したがって、お子様がどのワッペンをもらったかを問題にするよりは、楽しく喜んで水泳の練習に通っているかに留意いただきたいと思います。

なお、ワッペンは以下の段階に分かれておりさらに、1つのワッペンの中にも金・銀・銅の3段階に分かれていま

基本泳法に入る前の段階(水慣れ段階)

カニ	タコ	クラゲ
顔付け 水中歩行 (1人で10M歩く)	バブリング 立ち飛び込み 潜り3秒	石拾い けのび3M又は5秒間 背浮き3秒
		

呼吸法習得の段階 (クロールの導入段階)

タツノオトシゴ	フグ
バタ足8M 面かぶりクロール8M 背面キック8M	息継ぎクロール15M 背面キック15M
	

不完全ながら各種泳法を習得し始める段階

サンマ	トビウオ
クロール25M (基本姿勢) 背泳ぎ25M (基本姿勢) 持久泳50M	クロール50M (正しい姿勢) 背泳ぎ50M (正しい姿勢) 持久泳100M
	

各種目ともほぼマスターし、より高度な水泳の技術とそれに伴う体力が必要とされる段階

カジキマグロ	サメ	イルカ
クロール100M(フォーム完成) 背泳ぎ100M(フォーム完成) 平泳ぎ50M(フォーム完成) バタフライ25M	クロール50M 50秒 背泳ぎ50M 60秒 平泳ぎ50M 60秒 バタフライ50M	クロール100M 1分30秒 背泳ぎ100M 1分40秒 平泳ぎ100M 1分50秒 バタフライ50M 45秒
		