

実 技	学 科
【 全 日 】 スウィン東光スイミングスクール	【 全 日 】 川口市立南平公民館

			午前の内容(9:00~12:00) 学科・実技(ホール)	午後の内容(13:00~17:00) 実技(プール)	自 習
講 習	4月5日	(日)	開講式	実技	4泳法IM ⑤
			学科「水泳指導・初心者指導法」②H	4泳法IM②H	スタートターン①
				スタート・ターン①H	『水泳の歴史』①
講 習	4月19日	(日)	学科「水泳の歴史」①H	(座学・ホール) 学科「指導実習」③H	指導実習①
			学科「水泳プールにおける安全」②H		
講 習	4月26日	(日)	学科「水泳の科学」③H	実技 指導実習②H	
検 定	5月10日	(日)	PM 学科 「水泳の科学」「水泳指導者・初心者指導法」「水泳プールにおける安全」 1.5h		
			PM 実技 100m個人メドレー 1'40"00 1'50"00		
			PM 判定会議		
講 習	3日間		学科8時間 自習1時間	実技8時間 自習7時間	試験代替レポート 『水泳の歴史』 『実技実習』

※ 個人メドレーの制限タイムは男性・女性ともに36歳を超えると1歳につき1秒加算される