

マックたいそう教室進級基準表

【本科Bコース:園児】

級	マット	跳箱	鉄棒
リ ス	でんぐり返り	両足ふみきり	ぶらさがり(10秒)
ネ コ	前転	とびのりとびおり	腕支持(10秒)
ウ サ	開脚前転	台上前転(中2段縦)	前回りおり
サ ル	後転(坂付き)	台上前転(中4段縦)	足ぬき回り尻上がり
イ ヌ	後転	開脚跳び(小4段横)	長振スイング
ト ラ	開脚後転	開脚跳び(小4段縦)	腕支持スイング
ク マ	連続開脚前・後転	開脚跳び(中4段縦)	逆上がり(紐使用)
キ リ	伸膝後転	台上前転(中6段縦)	逆上がり(坂使用)
ゾ ウ	壁倒立	開脚跳び(中6段縦)	逆上がり

【本科C・Dコース:学童】

級	マット	跳箱	鉄棒
10	前転	とびのりとびおり	腕支持～前回りおり
9	開脚前転	台上前転(中4段縦)	足ぬき回り
8	後転・開脚後転	開脚跳び(中4段縦)	腕支持スイング
7	伸膝後転	台上前転(中6段縦)	逆上がり(坂使用)
6	壁倒立	開脚跳び(中6段縦)	逆上がり
5	倒立前転	閉脚跳び(大4段縦)	後回り
4	側転	閉脚跳び(大6段横)	足かけ上がり
3	ホップ～側転	開脚跳び(大6段縦)	前回り
2	前方転回	閉脚跳び(大6段縦)	長振足かけ上がり
1	後転とび	側転跳び(大6段縦)	け上がり
卒業	ロンダート～後転とび	前転跳び(大6段縦)	け上がり～ともえ

ステップカードについて

進級テストの評価表としてステップカードをお渡しします。
 評価は5段階評価で下記を目安にして表しています。
 ステップ1＝その運動を理解できていない
 ステップ2＝理解はしているがまったくできていない
 ステップ3＝運動の形が出来てきている
 ステップ4＝その運動がもう少しで出来る
 ステップ5＝テストの場でひとりでその運動が出来た

ワッペンについて

体操教室の場合は3種目(マット・跳箱・鉄棒)全て合格して初めて次の級に進級します。
 1種目合格はピンクのワッペン。
 2種目合格は黄色のワッペン。
 3種目合格で次級の青色のワッペン。
 ↓
 やったね！次の級へ進級だ！

振り替えについて

- ①振替回数は月授業分振替可能
- ②希望日の当日連絡での振替は不可
- ③1度振替した分のキャンセル・再度振替は不可
- ④授業日は授業日へ、発表会日は発表会日へ
- ⑤月を越えての振替は不可
- ※週1回のお子様に関り発表会分は可能
- ⑥時間・コースを変えての振替は不可
- ⑦①～⑥の規定内であっても振替定員内に限る

ポイントカードについて

1ヶ月(週1回登録の方は月4回、週2回登録の方は月8回)
 お休みせずに練習に参加したお子様に努力賞として毎月「ポイントカード」を発行しております。
 カードを規定枚数お集め頂きますと、素敵な賞品と交換することができます。