

# 勉強効果 水泳

を上げるスポーツが

テストの点数が  
イマイチ…勉強していると  
イライラしてくる…

そんなときは  
カラダを動かして  
リフレッシュ♪

やる気UP!!  
メリハリUP!!



はぁ～



よし!がんばるぞ!!

## 脳が活性化!

視覚運動能力や空間認知能力が発達します!  
自己表現や読み書き、計算においても  
水泳を習っていないお子様と比較すると  
秀でていると研究の結果判明しています!

## ストレス解消!

水中という非日常的な空間の中で運動  
することは脳にも体にもリラックス  
効果があります!気分転換や運動不足  
に水泳を始めてみてはいかがでしょうか?

## 自信とやる気を育てます!

進級テストに合格をすることで「自信」に  
つながります。さらに次の目標が明確になる  
ことでお様のやる気もアップ!自信に満ち  
溢れ向上心のあるお子様はグングン成長します!

## JSSが選ばれるポイント

### ★ルール・マナーの習得

挨拶や整理整頓など  
ルール・マナーに関して  
指導していきます!  
また、自立心や人間性も  
育てます!

### ★イベントが充実

1年を通して様々な  
イベントを開催しています。  
サマーキャンプや日帰り  
スキー、クリスマス会など  
もりだくさんです!

### ★発育発達に合わせた指導

年齢別・泳力別に組んだ  
カリキュラムにより、  
お子様のペースに合わせた  
指導で習得度を高めます。

### ★62の進級基準

成功体験を増やし、  
着実にステップアップ  
することの楽しさを  
経験できます。

### ★安心・安全ヘルパー指導

重心のズレを体感することで  
高い運動性を得ることができ  
ます。それが神経系統の  
発達に影響してきます!

# JSSスイミングスクール 鶴見



ホームページには最新情報が満載!

<http://www.jss-group.co.jp/tsurumi/>

☎ 045-505-1633

営業時間 火・木 11:30~19:30/水・金 10:00~19:30/土 10:00~17:30 定休日 日曜日・月曜日

〒230-0051 横浜市鶴見区鶴見中央3-12-33



JSS鶴見

検索

# 今すぐ水泳をはじめて めざせ！未来の スーパースター★

活躍の  
原点は水泳に  
ありました！

各分野で日々活躍をするスポーツ選手たち…  
その多くが子どもの時に水泳を習っていました！



Q：スイミングスクールに通うと？

A：からだが丈夫になる！プールでの息継ぎなどの動作は心肺機能を向上させ、ぜんそくなどになりにくくなります。また体力がつくことにより、風邪を引かない強い身体になります！

A：いろんなスポーツに効果あり！水中の浮力の中で三次元的に体をコントロールする練習をすれば、空間認知能力を鍛えることにつながります。また柔軟性が高まり、ケガをしにくい身体をつくれます！空間認知能力が高まるとサッカー・・・視野が広がり決定的なパスを出せる野球・・・素早くフライの落下地点に入れる など

## JSS鶴見はここがポイント

★ルール・マナーの習得

挨拶や整理整頓などルール・マナーに関して指導していきます！また、自立心や人間性も育てます！

★イベントが充実

1年を通して様々なイベントを開催しています。サマーキャンプや日帰りスキー、クリスマス会などもりだくさんです！

★発育発達に合わせた指導

年齢別・泳力別に組んだカリキュラムにより、お子様のペースに合わせた指導で習得度を高めます。

★62の進級基準

成功体験を増やし、着実にステップアップすることの楽しさを体験できます。

★安心・安全ヘルパー指導

重心のズレを体感することで高い運動性を得ることができます。それが神経系統の発達に影響してきます！

# JSSスイミングスクール鶴見



JSSつるみ

ホームページには最新情報が満載！

<http://www.jss-group.co.jp/tsurumi/>



JSS鶴見

検索

☎ 045-505-1633

営業時間 火・木 11:30~19:30/水・金 10:00~19:30/土 10:00~17:30 定休日 日曜日・月曜日

〒230-0051 横浜市鶴見区鶴見中央3-12-33