

# EPSS すいせい チャレンジカード

「できた!」=ともだちチェック 「パーフェクト!」=先生チェック

ねん くみ なまえ ( )

	レベル1	レベル2	レベル3	レベル4	レベル5
<b>もぐる</b>	<p>すいちゆう じゆう ある 水中を自由に歩く</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>	<p>かおあらい 顔洗い</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>	<p>すいちゆう 水中ジャンケン</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>	<p>わくぐり</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>	<p>おなかで底をタッチ</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>
<b>いきつき</b>	<p>おけでブクブク</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>	<p>くち 口でバブリング</p> <p>パーフェクト!</p> <p>くちまで</p>  <p>できた!</p>	<p>はな 鼻でバブリング</p> <p>パーフェクト!</p> <p>はなまで</p>  <p>できた!</p>	<p>はな 鼻でバブリング</p> <p>パーフェクト!</p> <p>あたままで</p>  <p>できた!</p>	<p>れんぞく 連続ジャンプ</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>
<b>うく</b>	<p>ラッコうき</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>	<p>だるまうき</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>	<p>クラゲうき</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>	<p>だい 大の字うき</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>	<p>ウルトラマンうき</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>
<b>バタ足</b>	<p>こしかけてバタ足</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>	<p>かべにつかまって バタ足</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>	<p>びート板でバタ足</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>	<p>めん 面かぶりバタ足5m</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>	<p>面かぶりバタ足 15m</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>
<b>クロール</b>	<p>りくじゆう 陸上でクロール</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>	<p>すいちゆう 水中で歩いて クロール</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>	<p>びート板を使って クロール</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>	<p>ヘルパーをつけて クロール15m</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>	<p>クロール15m</p> <p>パーフェクト!</p>  <p>できた!</p>

# すいえいカード (ていがくねんよう)

ねん ぐみ なまえ ( )



	10きゆう	9きゆう	8きゆう	7きゆう	6きゆう	5きゆう	4きゆう	3きゆう	2きゆう	1きゆう	とくぐつ	きろく							
												/	/	/	/	/	/	/	
①れんぞくジャンプ (かい)	1	2	3	4	5	6	7	10	15	20	25								
②うっこうき (びょう)	3	4	5	6	7	8	9	10	12	15	20								
③だるまうき (びょう)	3	4	5	6	7	8	9	10	12	15	20								
④くらげうき (びょう)		3	4	5	6	7	10	15	20	25	30								
⑤ <sup>だい</sup> 大の字うき (びょう)		3	4	5	6	7	10	15	20	25	30								
⑥ウルトラマンうき (びょう)		3	4	5	6	7	10	15	20	25	30								
⑦ビートばんで バタ足(m)				1	2	4	6	8	10	12	15								
⑧めんかぶり バタ足(m)				1	2	4	6	8	10	12	15								
⑨クロール(m)				1	2	4	6	8	10	12	15								