

検定員氏名 _____

グループ	課題動作		受検番号(氏名)							
			1		2		3		4	
			チェック	点数	チェック	点数	チェック	点数	チェック	点数
E.止まる	11.ポーズ	リズム								
		フォーム/姿勢								
		フォーム/ポジション								
		スペース								
	12.バランス	安定								
		リズム								
		フォーム/姿勢								
		フォーム/ポジション								
F.伸ばす	13.前後開脚(スプリット)	安定								
		フォーム/姿勢								
		フォーム/ポジション								
		8c静止								
	14.左右開脚(スプリット)	135度以上								
		フォーム/姿勢								
		フォーム/ポジション								
		8c静止								
G.支える	15.サポート	135度以上								
		10cm								
		フォーム/姿勢								
		フォーム/ポジション								
	16.プッシュアップ	安定								
		90度以上								
		リズム								
		フォーム/姿勢								
		フォーム/ポジション								
		10cm								

〈評価〉		1	2	3	
3点	評価ポイントすべて○	3×	個 = 点	個 = 点	個 = 点
2点	課題が1つ	2×	個 = 点	個 = 点	個 = 点
1点	課題が2つ以上	1×	個 = 点	個 = 点	個 = 点
加味点	2点(挨拶・意欲・笑顔)		点	点	点
合計点			点	点	点
50点満点 35点以上 合格		合・否	合・否	合・否	合・否