

# 2019年3月28日(木)【東京】ゆる体操正指導員 **上級** デモンストレーター試験要項

日時:2019年3月28日(木) 主催:NPO法人日本ゆる協会

- 会 場: 運動総研 本社教室
- スケジュール: 開場13:00/実技試験13:30~17:00
- 試験 員: 運動科学総合研究所所長 高岡英夫
- 受 験 料: 20,000円/ 見学参加料:20,000円
- 受付開始日: 2019年2月27日(水)
- 申請書提出期限: 2019年3月13日(水)18時必着
- 開催決定日: 2019年3月15日(金)
- 申し込み方法: 受験申請書に記入の上、ファクスでお申し込みください。

\*申請書提出後のキャンセルおよび変更はできませんので、ご注意ください。

本試験での体操名称は新名称(『脳と体の疲れを取って健康になる 決定版ゆる体操』掲載の体操名称)を使用します。

## ■受験と見学

- ・受験できるのは中級2nd以上の方です。  
なお中級2ndの方は「予備受験」となりますので、上級デモ資格を取得することはできず、また受験後の判定通知書の送付も行いませんので、あらかじめご了承ください。
- ・「見学」という参加方法もできます。見学できるのは 中級1st・2nd・3rd・4thの方です。  
見学も受験に匹敵する学習効果が得られます。受験と同額の、見学参加料20,000円がかかります。

## ■定員

受験定員:8名 / 最少開催人数:受験者6名

- \*受験希望人数が6名に達しない場合は見学人数に関わらず試験そのものを開催しません。  
見学定員:10名前後。

## ■申請方法

- ・受験申請書を提出する際、「受験希望/見学希望」どちらかを明記してください。
- ・なお、受験を希望されても定員超過により受け付けが受理されないことがありますので、受験申請書の「定員超過で受験できない場合、見学参加する/しない」にも必ず明記をお願いします。
- \*申請書提出後のキャンセルおよび変更はできませんので、ご注意ください。

## ■受験受け付け方法

- 中級2nd以上の方が受験資格をお持ちですが、中級1st以上の方の受け付けを優先とし、中級2ndの方は下記の方法で受け付けいたします。
- \*申請書提出期限までに受験希望者が8名を超えた場合、中級2ndで受験希望の方は『抽選』により受験できる方を決定します。
- \*中級1st以上の方の、提出期限前のお申し込みが8名に達した場合は、その時点で受付終了いたします(中級1st以上の方は先着順受け付けです)。この場合中級2ndの方が提出期限内に申請書を提出していたとしても、受験できませんので、ご注意ください。

## ■見学参加受け付け方法

- ・グレードに関わらず先着順で受け付けします。

## ■請求書等

- \*受付を受理した場合、試験の開催が決定しましたら受験料または見学参加料の請求書をお送りいたします。定員超過または開催中止の場合は3月15日(金)18時までに個別にお知らせします。

**【試験範囲】**

2009年版指導者用ゆる体操DVDに収録されている体操を試験範囲とします。  
 本試験での体操名称は新名称(『脳と体の疲れを取って健康になる 決定版ゆる体操』掲載の体操名称)を使用します。

**【試験課目およびおよその時間割予定】**

およその試験時間 *注1.2.	課目・内容
10分	<b>【試験課目1】デモ挨拶</b> 全日本(ぜんにほん)ゆる体操デモンストレーターの〇〇です」に続けて一言挨拶をする。
50分	<b>【試験課目2】即興 裏メカ裏テクに基づく指導</b> 9種類の課目より実施直前に抽選で課目を決定し行う。 受験者1名ずつ別々の課目を3分間で行う。
10分	<b>【試験課目3】ゆるゆる歩き解説実演</b> 解説と実演を1分間で行う。
10分	<b>【試験課目4】ウォークデモ実演</b> 解説無しで、歩きの実演のみ行う。 *注3.
60分	<b>【試験課目5】即興 リード・ポイント指導つきのデモ</b> 11種類の体操セット(1セットあたり5パーツ体操)より、実施直前に抽選で課目を決定し行う。受験者1名ずつ別々の課目を5分間で行う。 *注4. *注5.

- \*注1. 各課目の間に必要に応じ適宜準備時間を設けることがあります。
- \*注2. 上記はおおよその試験時間と課目の予定であり、当日試験官の裁量により、課目の増減、試験時間の調整を行う可能性があります。
- \*注3. 試験課目4では、性別・年代別の様々な大勢の観客の前で、各々の観客タイプ(試験では試験員が3通りのタイプを選んで指示)に相応しい歩き方で歩いて見せるデモンストレーションを行う。
- \*注4. 試験課目5では、皆さんがふだんよく取り組んだり、中級試験で行っているものが多く出題されますが、それ以外に下記の7つの体操からも出題される可能性がありますので、これらもあわせてやり方を確認したり、特別よく練習しておくようにしてください。  
 手伸びクルン / 大地エッチラ / もみじヒラ /  
 まといフワリ / ドンガバチョ / 風ソヨ / 天スリヒラ

\*注5. 試験課目5では、ゆる体操の経験、年代、性別等、受講生徒の条件を設定し、当日その場で指示します。

- ①)
- ①. ゆる体操未経験者 ①) 中学3年生男女 ②20代、男or女 ③30~40代、男or女 ④50~60代、男女
- ②. ゆる体操1年経験者 ①) 20~40代、男or女or男女 ②50~60代、男女

- ③. 準指導員1級
- ④. 正指導員初級1st
- ⑤. 正指導員中級2nd

⑥)以上