



## 2022年度一般財団法人日本ジャンプロープ連合公認インストラクター資格試験 ダブルダッチ PERSONAL 試験概要

### 《講義》 \*全資格共通

- ①ジャンプロープの歴史から現状・各種大会・競技種目について
- ②インストラクターとしての心得
- ③応急救護

### 《実技試験》 \*資格別

#### ◆PERSONAL

##### 【競技種目試験】

- ①スピード（1分間）
  - ・スピードは右足が床に接地した瞬間を1回と数え、1分間での合計跳躍数を計測する。
  - ※スピードのターナーは、JJRU スタッフが行う。
- ②ターナー技術
  - ・スピードロープ（30秒間）
  - ・スライド、ダブルアンダーを組み合わせたターニング（ベーシックロープも含む）
  - ※ターナー技術は、JJRU スタッフと回す。
  - ※スライド、ダブルアンダーの組み合わせ方は、動画を参照ください。

##### 【指導カテスト】

- ①ダブルアンダー・スライド・ターナーターン・ターナーチェンジから1種目選んで指導法の実演。
  - ・事前に50分の指導を想定した指導案を作成。
  - ※指導の対象は、自分でロープに入ってジャンプすること、ベーシックロープを回すことができる児童3～5名。
  - ・作成した指導案を基に持ち時間約**15分間**、指導法の実演を行う。
  - ※整理体操は省く。
  - ※お手本・実演は必須。
  - ※実演の途中で終了しても減点はないので、時間一杯実演すること。
  - ・指導案の用紙はJJRU指定のものを事前に提出する。

**事前提出期日/2022年5月23日（月）**

提出先/zuko@jjru.sport

※指導案の書き方は、JJRU ホームページより模擬指導案を参照。

※提出用の指導案用紙はJJRU ホームページよりダウンロードしてください。

### 《注意事項》

- ・JJRU ホームページに載せられている審査基準をご参照ください。
- ・JJRU 公認インストラクターとして相応しくない言動があった場合、試験結果に関わらず不合格、または、試験を中断します。