

トランポリン競技検定改定について

2019年6月1日より、競技検定種目を下記のとおり改定いたします。

【初級】

	検定種目	試技	満点	合格	初級合格
1	10回ジャンプーチェック	最大 2回	10点	7点 以上	14.0点以上
	<内容> ①予備ジャンプ×5回 ・気をつけ姿勢、足首揺らしジャンプ ②ストレートジャンプ×10回（スタイルフリー） ③チェック				
2	①抱え跳び	最大 2回	10点	7点 以上	※1、2とも 7.0点以上 であること A 16.0点 B 15.0点 C 14.0点
	②開脚跳び				
	③閉脚跳び				
	④1回捻り跳び				
	⑤腰落ち				
	⑥立つ				
	⑦1/2捻り跳び				
	⑧腹落ち ※抱え型（T）または伸び型（S）				
	⑨立つ				
	⑩ストレートジャンプ				

～ 競技検定初級ポイント ～

1) 初級ストレートジャンプ

予備ジャンプ5回を「気をつけ姿勢+足首揺らしジャンプ（ほとんど跳ばない）」とし、続く採点対象の10回ジャンプで、しっかり踏み込んで引き上げることを目的とする。

2) 初級趣旨

各種姿勢および捻りを習熟し、中級種目につなげる。

「腹落ち」の完成度を上げるため、10種目目にストレートジャンプ（アウトバウンス）を採用した。

3) 採点

総合20点満点で採点する。合格には各項目で7点以上が必要。

【中級】

	検定種目	試技	満点	合格	中級合格
1	10回ジャンプーチェック <内容> ①予備ジャンプ×5回（スタイルフリー） ②ストレートジャンプ×10回（アクション／逆手） ・着床時に両手をまっすぐ真上に上げる ・跳び上がりながら両手を体側に下ろす ③チェック	最大 2回	10点	7点 以上	14.0点以上 ※1、2とも 7.0点以上 であること
2	1-①1/2捻り腰落ち	最大 2回	8点	合計 7点 以上	A 16.0点 B 15.0点 C 14.0点
	1-②腹落ち ※抱え型（T）				
	1-③立つ				
	1-④ストレートジャンプ				
	1-⑤1/2捻り腹落ち ※伸び型（S）				
	1-⑥腰落ち ※抱え型（T）				
	1-⑦立つ				
	1-⑧ストレートジャンプ				
	2-①腰落ち	最大 2回	2点		
	2-②水平背落ち ※最後は立たなくても良い				

～ 競技検定中級ポイント ～

1) 中級ストレートジャンプ

宙返り種目連続に必要なアクションジャンプを身につけるため、10回ジャンプをすべてアクション（逆手）で行う。

2) 中級趣旨

ドロップ系種目でキックアウトを身につける。

「背落ち」のかかりとして、普及指導員でも指導が認められている「水平背落ち」を採用した。

3) 採点

総合20点満点で採点する。合格には各項目で7点以上が必要。

↓ 中級合格者を輩出した普及指導員を、同資格内の“準コーチ”に分類し
↓ 背落ち種目の指導を認める

【上級】

	検定種目	試技	満点	上級合格
1	①1/2捻り腹落ち ※伸び型 (S)	最大 2回	10点	7点 以上 A 8.0点 B 7.5点 C 7.0点
	②腰落ち ※抱え型 (T)			
	③立つ			
	④開脚跳び			
	⑤1回捻り腰落ち			
	⑥スイブル			
	⑦1/2捻り立つ			
	⑧抱え跳び			
	⑨背落ち ※伸び型 (S)			
	⑩立つ			

※上級受検者への指導は「トランポリンコーチ」または「準コーチに属する普及指導員」が行う
 ※「準コーチ」は普及指導員の категорияであり、日本体操協会への追加資格登録不要

～ 競技検定上級ポイント ～

1) 上級趣旨

姿勢、捻り、回転要素をバランスよく取り入れ、立位からの「背落ち」を採用した。

2) 採点

上級は従来どおり1回の演技で、10点満点中7点以上が合格する。

以上