

# ISIテスト課題

## \*未就学児対象

Tot1	Tot2	Tot3	Tot4
正しく転ぶ	その場で両足ジャンプ	プッシュ&グライドストローク	Tポジション&プッシュ
正しく立ちあがる	その場でFひょうたん	ストップの準備	連続でBひょうたん
足踏み	進みながらFひょうたん1回	ディップ(しゃがむ)	ストップ
足踏み前進	両足滑走	連続でFひょうたん	ジグザグバック

目標を持って頑張ろう!



## \*基礎テスト

プレアルファ	アルファ	ベータ	ガンマ	デルタ
両足滑走	Fストロークキング	Bストロークキング	F.O スリーターン(左)	F.I スリーターン(左)
片足滑走(右足・左足)	Fクロス(左まわり)	Bクロス(左まわり)	F.O スリーターン(右)	F.I スリーターン(右)
連続でFひょうたん	Fクロス(右まわり)	Bクロス(右まわり)	インサイドモホーク(左まわり)	F.O&F.I セミサークル
連続でBひょうたん	ストップ	Tストップ(右足)	インサイドモホーク(右まわり)	バニーホップ
Bウィグル		Tストップ(左足)	ホッケーストップ	シット滑走 又はランジ滑走

## \*フリースタイルテスト

フリースタイル1	フリースタイル2	フリースタイル3	フリースタイル4	フリースタイル5
F.Iピボット	バレージャンプ	B.O or B.Iピボット	フリップジャンプ	ルッツジャンプ
両足スピン	ジャンプシークエンス	サルコウジャンプ	ループジャンプ	アクセルジャンプ
B.O&B.I セミサークル	ハーフルッツ	チェンジフットスピン	シットスピン	キャメルスピン
ハーフフリップ	アップライトスピン	Bアラベスク	ハーフループジャンプ	コンビネーションジャンプ
Fアラベスク	2種類のFアラベスク	トゥウオーレイ or トゥーループ	2種類のBアラベスク	バックスクラッチスピン
ワルツジャンプ	ダンスステップシークエンス(モホーク等)	ダンスステップシークエンス(モホーク等)	ダンスステップシークエンス(スリーターン等)	ダンスステップシークエンス(チョクトー等)
上記を含む1分30秒の演技	上記を含む1分30秒の演技	上記を含む1分30秒の演技	上記を含む2分の演技	上記を含む2分の演技

※ F=フォワード(前向き) ・ B=バックワード(後向き) ・ O=アウトサイド ・ I=インサイド