

1級実技試験 チェックリスト

態度・姿勢	服装	<input type="checkbox"/> 講師としてふさわしい服装 ジェケット着用	内容	テーマの明確性	<input type="checkbox"/> テーマが相手、状況、環境に合っているか
	立ち姿勢	<input type="checkbox"/> 背筋を伸ばして、手、足の位置に注意		テーマと話のブレ	<input type="checkbox"/> テーマから内容が脱線したり、ブレたりしていないか
	おじぎ	<input type="checkbox"/> 状況に合わせて15° 30° 言葉と同時にNG		話の具体性	<input type="checkbox"/> あいまい抽象的でなく、掘り下げて具体的に話す
	笑顔	<input type="checkbox"/> 口角を上げて、さわやかな笑顔で		つかみの工夫	<input type="checkbox"/> 相手が聞きたい興味を持つための最初の話材
	目配り	<input type="checkbox"/> 三方向を見渡す(上下目線はNG) アイコンタクト		結びの工夫	<input type="checkbox"/> テーマ、最も伝えたい事を強調する
	ジェスチャー	<input type="checkbox"/> 立体的、印象的に話す		ホワイトボードの使い方	<input type="checkbox"/> 視覚効果、内容とのマッチング、分りやすさ、レイアウト
声	腹式呼吸	<input type="checkbox"/> お腹からの声は太く重く耳に入りやすい	講義	印象度	<input type="checkbox"/> 相手の心に残るインパクト
	滑舌	<input type="checkbox"/> 聞き取りやすい声		相手への意識度	<input type="checkbox"/> 聴衆(相手)への配慮や意識はあったか
	声の大きさ	<input type="checkbox"/> 状況に合わせて一本調子にならないように		相手との距離感	<input type="checkbox"/> 聴衆(相手)との距離感はちょうどよいか
	声のトーン	<input type="checkbox"/> 相手の状況に合わせて声のトーンを変える		相手を引き込む力	<input type="checkbox"/> 聴衆引き込んでいるか
話し方	早さ	<input type="checkbox"/> 早口になりすぎないように	時間	内容の伝わり方	<input type="checkbox"/> 伝えたいことが伝わったか
	間	<input type="checkbox"/> 詰めて話さない。重要箇所の前後は特に間をおく		配分	<input type="checkbox"/> 序論、本論、結論の時間配分はよいか
	抑揚	<input type="checkbox"/> 重要なところを強調するように	時間内終了	<input type="checkbox"/> 時間内に終了できたか(+60秒以内が目安)	
	言葉のくせ	<input type="checkbox"/> 「え～」 「あ～」など、無駄なクセを取る			
	敬語	<input type="checkbox"/> 状況にあった敬語を使う			

2級実技試験 チェックリスト

態度・姿勢	立ち姿勢	□ 背筋を伸ばして、手、足の位置に注意	話し方	早さ	□ 早口になりすぎないように
	おじぎ	□ 状況に合わせて15° 30° 言葉と同時にNG		間	□ 詰めて話さない。重要箇所の前後は特に間をおく
	笑顔	□ 口角を上げて、さわやかな笑顔で		抑揚	□ 重要なところを強調するように
	目線	□ (上下目線はNG) カメラ目線を意識する		言葉のくせ	□ 「え～」 「あ～」 など、無駄なクセを取る
	ジェスチャー	□ 立体的、印象的に話す		敬語	□ 状況にあった敬語を使う
声	腹式呼吸	□ お腹からの声は太く重く耳に入りやすい	内容	テーマの明確性	□ テーマが相手、状況、環境に合っているか
	滑舌	□ 聞き取りやすい声		テーマと話のブレ	□ テーマから内容が脱線したり、ブレたりしていないか
	声の大きさ	□ 状況に合わせて一本調子にならないように		話の具体性	□ あいまい抽象的でなく、掘り下げて具体的に話す
	声のトーン	□ 相手の状況に合わせて声のトーンを変える		つかみの工夫	□ 相手が聞きたい興味を持つための最初の話材
					結びの工夫

3級実技試験 チェックリスト

態度・姿勢	立ち姿勢 <input type="checkbox"/> 背筋を伸ばして、手、足の位置に注意	話し方	早さ <input type="checkbox"/> 早口になりすぎないように
	おじぎ <input type="checkbox"/> 状況に合わせて15° 30° 言葉と同時にNG		間 <input type="checkbox"/> 詰めて話さない。重要箇所の前後は特に間をおく
	笑顔 <input type="checkbox"/> 口角を上げて、さわやかな笑顔で		抑揚 <input type="checkbox"/> 重要なところを強調するように
	目線 <input type="checkbox"/> (上下目線はNG) カメラ目線を意識する		言葉のくせ <input type="checkbox"/> 「え〜」「あ〜」など、無駄なクセを取る
	ジェスチャー <input type="checkbox"/> 立体的、印象的に話す		敬語 <input type="checkbox"/> 状況にあった敬語を使う
声	腹式呼吸 <input type="checkbox"/> お腹からの声は太く重く耳に入りやすい	内容	テーマの明確性 <input type="checkbox"/> テーマが相手、状況、環境に合っているか
	滑舌 <input type="checkbox"/> 聞き取りやすい声		テーマと話のブレ <input type="checkbox"/> テーマから内容が脱線したり、ブレたりしていないか
	声の大きさ <input type="checkbox"/> 状況に合わせて一本調子にならないように		話の具体性 <input type="checkbox"/> あいまい抽象的でなく、掘り下げて具体的に話す
	声のトーン <input type="checkbox"/> 相手の状況に合わせて声のトーンを変える		つかみの工夫 <input type="checkbox"/> 相手が聞きたい興味を持つための最初の話材
			結びの工夫 <input type="checkbox"/> テーマ、最も伝えたい事を強調する