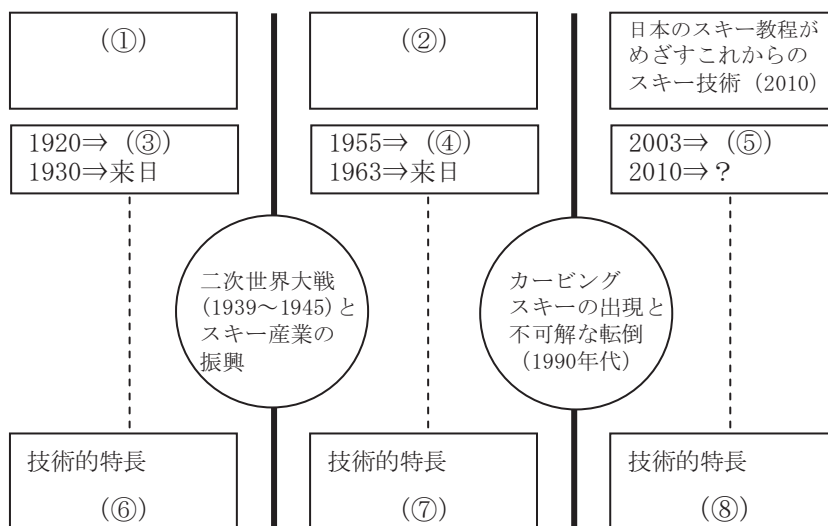


全日本スキー連盟 公認指導者検定 ステージⅡ 準指導員検定  
2010年度愛知県スキー連盟 準指導員検定会 D単位「基礎理論」検定問題

1. 日本スキー教程「技術編」P.7にある「図1.断絶的歴史観から見たスキー技術の展望」です。( ) ①～⑧に適切な語句を記し、図を完成させなさい。



2. 下記の文章中の ( ) ①～⑧にあてはまる語句または数字を記しなさい。

1911年、(1)のテオドール・エドレル・フォン・レルヒ少佐が、豪雪地帯である高田の第13師団に着任しました。彼は、師団命令により、軍人にアルペンスキー術の指導を行いました。日本で初めての本格的なスキー術の講習会は(2)月(3)日から2ヶ月、34回にわたって実施されました。(4)の弟子である彼が教えたのは、一本杖を用いた(5)滑降とボーゲンが特徴でした。翌年、北海道(6)の第7師団に昇任した彼は、そこでもスキーの指導を行いました。(7)年に全日本スキー連盟は、レルヒ少佐の功績に鑑み、彼が講習会を開始した日を(8)と決めました。

3. 全日本スキー連盟について、( ) ①～⑥に適切な語句を記しなさい。

(1)法人全日本スキー連盟は、略称をアルファベットで(2)ともいい、(3)に認可された公益法人です。その目的は、「わが国におけるスキー界を(4)し、代表する団体として、スキーの(5)を図り、もって国民の心身の健全な発達に寄与することを目的とする。」と寄付行為に規定されています。この「スキー」という用語には、(6)等のすべての関連器具を含むと、国際スキー連盟の規約にも定められています。

4. 下記①～⑤の説明にあてはまる適切な雪の種類を語群より選び、記しなさい。

- ①積雪の表面が日中融けて水分を含み、夜間に気温が下がると凍結してできたもの。
- ②風で運ばれた雪が風圧で押しつけられて固まってできたもの。
- ③降って間もない雪で、比重が0.1程度で軽く、結晶が変化していないもの。
- ④風の影響で雪面が波のように固まったもの。
- ⑤積雪の粒子間が切れ、その後凍結して再結晶したもの。

クラスト	スカブラ	新雪	しまり雪	ざらめ雪
アイスバーン	雪板			

5. 自然で楽なスキーを根幹のテーマとして、これからのスキー技術と指導法を考察する手がかりとなる3つのキーワード記しなさい。

6. スキー指導者として、プレーヤーが自立（自律）し、自ら取り組むようにするために心がけることを記しなさい。

7. FISセーフティールールについて（ ）①～⑩に適切な語句を記しなさい。

他者の尊重：スキーヤーは、他者を（①）にさらしたり、損害を与えることのないよう行動しなければならない。

スピードとスキーのコントロール：スキーヤーは、コントロールして滑らなければならない。斜面・（②）・天候の状況や自らの技術はもちろん、（③）にも合わせたスピードと滑り方で滑らなければならない。

滑走ルートの選択：後ろから滑ってくるスキーヤーは、（④）を滑っているスキーヤーを危険にさらすことのない滑走ルートを選ばなければならない。

追い越し：追い越されるスキーヤーが（⑤）的にも無（⑤）にも動けるスペースを残しておけるならば、スキーヤーは他のスキーヤーの上下（⑥）から追い越すことができる。

シグナルや（⑦）：スキーヤーは、シグナルや（⑦）を守らなければならない。

身元の確認：全スキーヤーおよび目撃者は、責任の有無を（⑧）、氏名と連絡先を交換しなければならない。

ピステでの停止：やむを得ない場合を除き、スキーヤーはピステ上の（⑨）場所や視界の悪い場所での停止を避けなければならない。そのような場所で（⑩）した場合は、できるだけ早くそこを立ち退き、ピステを空けなければならない。

8. スキー学習を進める上で指導者は、個性豊かな学習を具体化するために、学習者一人ひとりの個人的条件を把握する必要があります。把握する個人的条件の例を5つ記しなさい。

9. 下記はスキー技術の指導にあたって考慮すべき内容について述べたものです。（ ）

①～⑩に当てはまる適切な語句を語群より選び、記しなさい。

スキースポーツを取り巻く環境の変化とは、（①）の変化、（②）の変化、（③）の変化、および情報化のことをいう。情報とは、人や組織にとって外部の物であるが、それを取り込んで（④）の材料となったとき、それは（⑤）といわれる。そして、スキー指導者に求められるのは、外部から受け入れた情報を加工し、（⑤）の発信を行うことである。

スキーヤーの欲求は、（⑥）欲求、（⑦）欲求、（⑧）欲求の3つに分類できる。また、スキー本来の目的は、（⑨）を味わうことであり、その手段として（⑩）がある。また、（⑩）習得を下位目的とした場合に、（⑪）がその手段となる。

思考	スキーの楽しさ	人	技術指導	克服	物	達成	競争
場	知識	スキー技術					

10. 自然で楽なスキーのコンセプトは「重さで滑る」「両脚で滑る」「谷まわりで滑る」の3つです。それぞれのコンセプトについて説明しなさい。

11. 「谷まわり」のメカニズムにおける「フェース・コントロール」の概念を説明しなさい。

12. 「自然で楽なスキー」はさまざまなスキーの魅力や楽しさを追及させ、個々のスキーヤーの志向性に対応することを可能にします。このうち健康志向のスキーについての説明を記しなさい。
13. 人工降雪機のメリット2つ記しなさい。また、人工降雪機の種類を3つ記しなさい。
14. ヘルメット着用の効用を4つ記しなさい。
15. トレーニングの一般的原則を6つ記しなさい。
16. アルペン競技における大回転と回転種目について ( ) ①～⑭に適切な数値および語句を記しなさい。
- <大回転>
- (1) コース幅は、(①) m以上確保する。
  - (2) 旗門の幅は、(②) m以上 (③) m以下とする。
  - (3) 連続する2旗門の最も近いポール間の距離は (④) m以上でなければならない。
  - (4) フラッグは、横 (⑤) cm、縦 (⑥) cm の大きさで、その下端が雪上から (⑦) m以上の高さに取り付ける。
- <回転>
- (1) 旗門の幅は、(⑧) m以上 (⑨) m以下とする。
  - (2) コンビネーション中の旗門の距離は、(⑩) m以上でなければならない。
  - (3) オープン、またはクローズド旗門のターニングポール間の距離は、(⑪) m以上13m以下でなければならない。
  - (4) 最低1つ、最大3つの (⑫) ターンを設定すべきである。
  - (5) 方向転換数は、(⑬) の30～ (⑭) %±3とする。
17. クロスカントリースキーのテクニク（技術的定義）を2つ記しなさい。
18. 2014年冬季オリンピック開催国及び都市を記しなさい。
19. 2010年冬季オリンピックのモーグル競技に出場した日本女子選手を2名記しなさい。
20. 下記の用語①～⑧の説明を記しなさい。
- ①学習意欲
  - ②知覚的技能
  - ③モチベーション
  - ④過剰学習
  - ⑤絶対評価
  - ⑥荷重
  - ⑦プルーク
  - ⑧IVSI
20. 「公認スキー指導者規程」に示されている以下の条項を記しなさい。  
(義務) (資格の停止)
21. S A J 全体で取り組んでいる I LOVE SNOW キャンペーンの推進項目4つを記しなさい。