

2015年度 公認スキー準指導員検定理論問題（富山県スキー連盟） 2-1

ゼッケンNo.	所 属	氏 名
---------	-----	-----

問 1 公益財団法人 全日本スキー連盟の会長の名前を書きなさい

鈴木 洋一

問 2 2015年度、「資格検定受験者のために」発刊にあたっての冒頭の文です。
()内を記入しなさい

公益財団法人 全日本スキー連盟は、わが国における(スキー界)を統括し、代表する団体として、スキーの(普及)及び(振興)を図り、もって国民の心身の健全な発達に(寄与)することを目的としています。
教育本部は、この目的を完遂するため、具体的な事業として(指導者育成事業)をその重要な柱として位置づけています。

問 3 公認スキー指導者規定について()内を記入しなさい

(任務)

第1条 本連盟公認規定に基づく、公認スキー指導員、(公認スキー準指導員)は、スキー界の(先達)として(自覚と誇り)をもって、その(普及発展)に努めなければならない。

(義務)

第3条 指導者は、次の各号に掲げる義務を負うものとする。
(1)(指導者の任務を完遂するため、加盟団体が主管するスキー指導者研修会に2年に1回参加し、修了しなければならない)
(2)(指導者は、加盟団体の事業には、優先的に参加しなければならない)

(資格の停止)

第4条 指導者が、(指導者研修会)を(2)年続けて(未修了)の場合は、指導者の資格を停止する。

(資格の喪失)

第5条 指導者で、次に掲げる各号の一に該当する者は、理事会の決定により、指導者の資格を喪失する。
(1)(本連盟会員登録規程第9条の規定により、会員の資格を喪失したとき)
(2)(本連盟の規約に違反し、指導者としての体面を汚すような行為があったとき)
(3)(資格の年次登録料を納期までに納入しないとき)

問 4 日本におけるスキーの歴史について()内を記入しなさい。

日本においては、(1911)年、高田市にてテオドル・フォン・(レルヒ少佐)が来日しスキー専修員に教授したことがはじまりとされ、2003年には日本で本格的なスキー指導が行われた。1月12日を記念して(スキーの日)と制定しました。
1925年 全日本スキー連盟が創設され、翌年には(国際スキー連盟)に加盟。
第7回冬季オリンピックにおいて日本より7名が参加し(スラローム)で猪谷千春が2位に入り初のメダリストと成る。
1959年では、(バインシュピール)技術を採用した(SAJテキスト)の発刊に続き、1969年には(SAJスキー教程)が発刊されました。
2014年度からは、(公益財団法人)全日本スキー連盟となり、(外スキー)主体のスキー操作とした、新日本スキー教程の発刊がなされました。

問 5 次の()に、もつとも当てはまる語句を下から選び、記号で答えなさい。

山へ登り、高さが増すにつれて気温が(オ)がります。気温が下がる場合は、「気温の減率」と言って高さ(ウ)についておおよそ(ケ)です。
つまり高さ1,000mでは、平地より約(シ)低く、2,000mでは約(エ)低くなることとなります。また、体感温度は、風速(コ)増すごとに(ア)以上低くなるといわれています。
すなわち、氷点下10℃以下で風速20mの風が吹いている稜線上での体感温度は氷点下(キ)以下にもなります。

(3点×1)

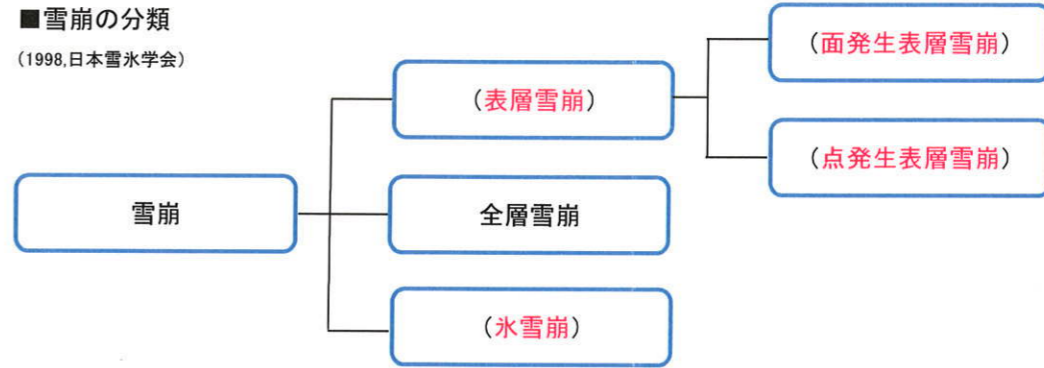
【語群】

ア.1℃	イ.20m	ウ.100m	エ.12℃	オ.下	カ.上	キ.30℃
ク.10℃	ケ.0.6度	コ.1m	サ.1,000m	シ.6℃		

(1点×8)

(1点×5) 問 6 雪崩の分類についてです。表の空欄を埋めなさい。

■雪崩の分類
(1998,日本雪氷学会)



(1点×4)

(2点×4)

(3点×2) 問 7 次の文は、救急法とは、について述べたものです。空欄に適切な語句を入れて文を完成しなさい。

(1点×3)

救急法とは「(病氣)、ケガ、(災害)などから自分自身を守り、また、急病人やケガ人を正しく(救命)して、医師などにわたすまでの応急の手当(first aid)を行なうこと」です。
また救急法を(医療関係者)以外の人々が学ぶ目的は「(事故)を防止し、緊急時に必要な(応急手当)を行えるように、正しい救急法の知識と技術を身につけ、(人間愛)に基づいて、これを実行すること」です。

(2点×8)

(3点×3) 問 8 RICE処置について記しなさい。また実際には、RICE処置に加えてもうひとつの処置が行われます。その処置も書きなさい。

- 1 安静(Rest)
- 2 冷却(Icing)
- 3 圧迫(Compression)
- 4 挙上(Elevation)
- 5 固定(Stabilization)

(2点×5)

問 9 初心者技術としてプルークボーゲンを採用する理由を3つ書きなさい。

- 1 エッジング、迎え角、くの字姿勢の基本要素を含んでいる
- 2 プルーク姿勢は左右それぞれくの字姿勢を含んでいる
- 3 力学的な安定が心理的な安定につながる

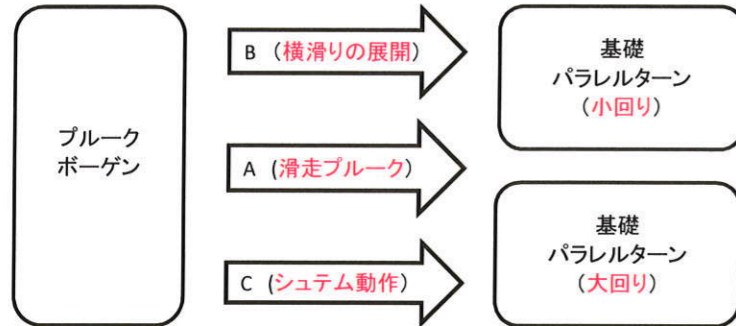
(2点×10)

(3点×3)

2015年度 公認スキー準指導員検定理論問題 (富山県スキー連盟) 2-2

ゼッケンNo.	所属	氏名
---------	----	----

問 10 三本の矢の図です。空欄を埋めなさい



問 11 基礎パラレルターンを習得したスキーヤーの次の課題は、いかなる状況にも対応できるパラレルターンへと導くことです。そのための4つの指導展開を書きなさい

- 1 ターンの制御 2 斜面への対応 3 カービング 4 レースへの対応

問 12 2015年度のスキー指導者研修会テーマでありました「パラレルターン指導の展開」ターンの制御からの問題です。ターン制御の4つの制御方法を書きなさい

- 1 ターン弧の制御 2 傾きの制御 3 リズムの制御 4 スピードの制御

問 13 基礎パラレルターンからパラレルターンの展開において傾きの制御があります。下記は2つの傾きの考え方についてです。()内を記入しなさい。

- (1) 静的内傾維持
(緩斜面)の大回り系種目では速度、回転半径がターンを通じて一定であり、受ける力の大きさ方向とも一定であるので、身体の傾きも(一定)に維持されます。
- (2) 動的内傾促進
中級斜面での大回り系種目では、(ターン)が進むにつれて速度、回転半径が変化します。このとき、受ける力の大きさ、方向が変化するので、(バランス)をとるために身体の傾きも(変化)します。

問 14 カービングについて記載したものです。空欄に適する語句を記入しなさい。

カービング(carving)とはスキーで雪面を強く捉えて、(スピード)と(進行方向)を制御することです。もともとの意味は、雪面を(彫り込む)ことです。「速度を(推進)する」機能だけでなく、「速度を(制御)する」機能もあります。

問 15 近年、スキー人口は少し回復してきているようですが、あるアンケート結果ではやめたスポーツNo1だそうです。今シーズン、スキーを通して何か活動しましたか、指導者となった場合どうなさいますか。記入しなさい。

スキー学校のアシスタントとして協力した etc
富山県スキー連盟に協力しスキー界を盛り上げていく etc

問 16 次の表は、指導の各時期において行われる3つのねらい、評価内容、評価尺度を表したものです。表中の空欄に該当する語句を下の語群から選んで記号で答えなさい。

	(ク)	形成的評価	(ウ)
時期	指導前	(ア)	指導後
ねらい	指導計画の(オ)	学習内容や方法の調整 学習の(シ)	1.指導計画・指導法の改善 2.技能の決定・単位の認定
評価内容	学習者の実態	学習者の進歩の度合い	(イ)
	技能程度・意識・体力 運動能力・(コ) 指向・欲求・願望	学習者が好ましい 方向に変容しているか	(エ)
(カ)	絶対・相対評価	絶対評価	相対・(サ)

(2点×5)

【語群】

ア.指導中 イ.学習成果の状態 ウ.総括的評価 エ.技能テスト オ.立案・修正 カ.評価尺度 キ.相対評価
ク.診断的評価 ケ.個人内評価 コ.性格 サ.絶対評価 シ.動機づけ・意欲化

(2点×10)

問 17 よいスキー指導として学習者が望むよい学習活動とは何か 4つ挙げなさい。

(2点×4)

- (1) 精一杯運動させてくれた
(2) 技や力を伸ばしてくれた
(3) 友人と仲良く学習させてくれた
(4) 何か新しく発見させてくれた

(2点×4)

(2点×4) 問 18 PATROLは指導者が持つべき心構え(GOOD GOACHとなるためのヒント)の頭文字から構成されています。指導者が持つべき心構えの内容を記載してください。

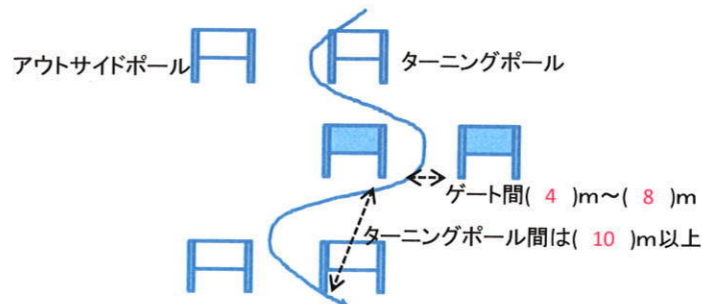
Process (結果ではなく、経過を重視しましょう)
Acknowledgement (承認しましょう)
Together (一緒に楽しみ、一緒に考えてみましょう)
Respect (尊敬しましょう、尊重しましょう)
Observation (よく観察しましょう)
Listening (話をよく聞きましょう)

(2点×5)

(2点×6)

問 19 ()を記入しなさい

大回転競技ではスタートとゴールの(標高差)に対して11~15%の(ターン数)が必要とされます



(2点×5)

(8点×1)

(1点×5)