

ゼッケン番号		氏名		所属クラブ名	
--------	--	----	--	--------	--

1. 次の表はスキー指導者検定規定に定められているスキー準指導員検定の実技です。カッコ内に適する語句を入れ表を完成させなさい。

実技種目	回転数・斜面設定
テールコントロールの技術	
( )	( )
( )	( )
パラレルターン 小まわり 整地	回転数フリー 急斜面
トップ&テールコントロールの技術	
( )	( )
パラレルターン 大まわり 整地	6 回転以上 急斜面
( )	( )
トップコントロールの技術	
パラレルターン 中まわり 整地	6 回転以上 中斜面
( )	( )
制限滑降 シングルポール 整地	20 本前後 中急斜面

2. バッジテスト(プライズテスト及び級別テスト1級、2級)の「評価の内容」について書きなさい。

3. スキー検定員規定に定められている任務、資格の停止、資格の喪失を書きなさい。

任 務：

資格の停止：

資格の喪失：

4．スキー指導者検定規定に定められている準指導員検定の受検資格を書きなさい。

5．スキー技術における「原因」と「結果」を説明しなさい。

6．下記は、ターン運動の原因としてのトップコントロールの説明です。カッコ内に適当な語句を入れなさい。

スキーに「トップコントロール」ターン運動を起こさせるためには、スキーヤーの( )が、その基底面上に置かれ、スキーが( )に対して( )へ角づけされることが必要な条件となる。これによって、スキーの( )と横軸方向(( ))への落下運動が生まれ、スキーは、その合力方向へ滑降する。

7．運動の質的な変化と運動の形態的な変化についてカッコ内に適当な句を入れなさい。

「質的な変化」

スペーシング：運動に適した( ) (フォーム) を表現しているかどうか

タイミング：( ) がタイミング良く行われるかどうか

グレイデング：( ) が滑らかに表現されているかどうか

「運動リズムの変化」

個々の動きから( )へ

ぎこちない動きから( )へ

意識された動きから( )へ

「力のコントロールの変化」

( ) のコントロールから( ) のコントロールへ

「スタンスとポジションの変化」

部分的な( )への対応から全体的な対応に変わる

外脚主体の舵取りから( )での舵とりに変わる

