

1. 下記は、「スキーの楽しさ」についての記述である。カッコ内に適当な語句を入れなさい。

(1)中核的楽しさ

- ・( ) 欲求に基づく楽しさ：自然条件への挑戦など
- ・( ) 欲求に基づく楽しさ：華麗なフォームへの挑戦など
- ・( ) 欲求に基づく楽しさ：勝敗を競うことなど

(2)周辺の楽しさ

- ・( ) 仲間づくりの楽しさなど

2. スキー技術における「原因」と「結果」のメカニズムについて説明しなさい。

3. スキーの「角づけの定義」について、下記の表の空欄に適当な語句を入れなさい。

|     | 水平面への角づけ | 雪面への角づけ |
|-----|----------|---------|
| 概 念 |          |         |
| 目 的 |          |         |
| 進 化 |          |         |

4. スキー技術における「ターン運動の原因」について次の3つを説明しなさい。

- 身体運動が直接的にスキーの方向を変えるもの：
- 身体運動により物理運動がターン運動を導くもの：
- ターン運動の継続を可能にするもの：

5. トップコントロールによる「ターンの局面構造」について説明しなさい。

6. スキー技術の上達を見る観点である「運動の質」をとらえる3つの要素を説明しなさい。

- スペイシング
- タイミング
- グレイディング

7. スキー技術指導の「基礎課程（組立段階）」におけるターンの組み立てについて、下記の表の空欄に適当な語句を入れなさい。

|               | 操作におけるスキーの主導性 | 技術課題   |
|---------------|---------------|--------|
| テールコントロール     | 外スキー主導        |        |
| トップ&テールコントロール |               |        |
|               |               | 荷重、角づけ |

8. スキー技術指導における「ブルークボーゲン(外スキー主導)」の指導の要点を説明しなさい。

9. 下記は、「トップコントロール技術」についての記述である。カッコ内に適当な語句を入れなさい。

トップコントロールの要領は、体制を( )に移しながら、両脛の方向をスキーに( )させます。この荷重と重心の移動によって「( )ポジション」を見つけられます。( )は「角づけ角度」の大きさに決まります。

10. 下記は、「スキースポーツの指導」についての記述である。カッコ内に適当な語句を入れなさい。

伝統的な技術指導の方法とされる( )方式は、技術の( )を重視し、導入( ) 応用( )と、積み上げ方式で指導を行っていく。この方法では、最後まで進まないで技術の全体を見渡せないため、全体にとっての( )の必要性が認知しにくい。そのため学習に対する( )を継続させることが難しくなる。

これに対して、新しい技術指導の方法として、( )方式が提案される。この方法は、技術の段階よりも技術の( )を重要視し、全体から( )への働きかけを基本とする。そのため、これまでの「How to do」的指導でなく、「( ) to do」, 「( ) to do」という発想が求められる。

11. 下記は、「アルペンスキーに必要とされる体力」についての記述である。カッコ内に適当な語句を入れなさい。

同じ位置移動のスポーツでも、重力作用を推進力とし、雪面抵抗をコントロールして舵をとり滑り降りるスキーの運動は、他のスポーツと著しく異なる特性を有します。推進力は、主に( )に依存しますが、だからといって他のスポーツに比べて( )を必要としないわけではありません。スピードに対処し、( )を自在にコントロールする身体運動は、( )に対応した姿勢や( )に働きかけるための( )の維持、変動で、大きな( )やパワーを要し( )に依存する要素も大きいものがあります。

12. 下記は、「スキーにおける巧緻性(巧みさ)」についての記述である。カッコ内に適当な語句を入れなさい。

スキー運動における巧緻性(巧みさ)とは、複雑な動きに適応し、身体各部の多くの( )を同時にコントロールできる能力であり、アルペンスキーでは、特に次の4つが重要です。

(1) 状況把握能力

・斜面状況を予測し、運動感覚による自分の身体運動を( )できる

(2) 動きの正確さ

・体肢の( )能力 必要な技術動作にかなった体肢の動きができる。

・力の調整能力 状況に応じた力の発揮やエッジングにおける( ) 方向、( )の調節ができる。

・( )能力 適切な時に適切な時間的配列にしたがった動作ができる

・出力の( )能力 同じ状況では常に同じ動きができる

(3) 動きの素早さ

・動作を素早く始めたり、動作の( )が素早くできる。

(4) 持続性

・動きの正確さと素早さが持続できる( )が必要である。

13. 下記は、「スキー場の標識について」の記述である。カッコ内に適当な語句を入れ、(ア)(イ)について正しい標識の記号を下より選び書きなさい。

(1) 注意標識は、注意すべき( )を知らせるための標識である。これには(ア)凹凸あり、(イ)合流する、などの標識がある。



14. 下記は、「冬山の気象について」の記述である。カッコ内に適当な語句を入れなさい。
- (1) 体感温度は風速 1メートル増すごとに( ) 以上低くなるといわれている。
  - (2) 山の気温は高さが増すにつれて低下する。その気温の低下率は高度 100メートルについておよそ( ) である。
15. 国際スキー競技会におけるアルペン競技のジュリーメンバーを書きなさい。
16. 下記は、「アルペン競技における旗門の正確な通過」についての記述である。カッコ内に適当な語句を入れなさい。
- 選手の両スキーの先端と( )が( )を横切ったとき、旗門を正確に通過したことになる。例えば、スラロームポールをまたぐなどの( )となる行為をせずに、選手が片方のスキーが外れてしまった場合は、もう片方のスキーの先端と( )が( )を通過しなければならない。このルールは選手が旗門まで上がって戻らなくてはならない場合にも有効である。
17. 下記のスキー用語を説明しなさい。
- ポジションとポジショニング  
フィードバックとフィードフォワード  
切りかえと舵とり
18. 日本における近代スキーの始まりについて説明しなさい。
19. 現在日本で使われている人工降雪機には 3通りあるが、それらの種類と特徴を書きなさい。
20. 下記は、「S A J 教育本部 2006 年度活動指針」についての記述である。カッコ内に適当な語句を入れなさい。
- S A J 教育本部の組織目的は「( )」で一貫してきていますが、近年の環境の変化により、新しい時代に即したかたちの活動が求められてきています。2006 年度は、具体的な活動指針として、次の三点を掲げました。
- (1) スノースポーツの( )への対応
  - (2) 求められる( )についての研修と実践
  - (3) ( )のあり方についての研究と実践
- また、以上の重点指針を効率的に推進させるために、実務的な目標を掲げました。
- (1) ( )を推進し、( )な人事構成で事業にあたる。
  - (2) ( )を重視し、( )な事業を推進する。
  - (3) ( )の効率化を研究し、各種事業にあたる。
21. 2007 年に開催予定の「インタースキー」について書きなさい。
- 開催国：  
開催テーマ：
22. 「S A J スキー指導者規程」に示されている以下の条項を書きなさい。
- 任務  
資格  
義務  
資格の停止