

## 1．スキーの歴史

### 1) スキーの歴史的発展論

- 設問1 スキーの発祥は、相当に古いといわれています。古代のスキーについて当時の生活と結びつけながら説明しなさい。
- 設問2 オーストリアのマチアス・ツダルスキーが発表した「山岳スキー滑降術」からハンネス・シュナイダーの「アールベルグ・スキー術」への発展の過程について説明しなさい。
- 設問3 日本で初めて行われた本格的なスキー術の講習会は、オーストリアのテオドル・エドレル・フォン・レルヒ少佐（後に中佐となる）によって行われました。レルヒ氏の普及活動について説明しなさい。

### 2) スキーの技術発展史

- 設問4 バインシュピール技術と日本のスキーの発展の歴史について説明しなさい。
- 設問5 インタースキーは、スキーの技術、指導に関する研究や各国間での情報交換をする大会です。開催された年代順に開催地、開催当時のスキー界の動向について整理し、スキー技術の変遷の過程を説明しなさい。
- 設問6 ローテーション技術と外傾技術についてそれぞれの特徴をわかりやすく説明しなさい。

## 2．スキー指導者論

### 1) スキー指導者の役割

- 設問7 スキーを指導するという事は、スキー指導というモノではない無形の商品を生産するという事です。高度経済成長期から低成長期にかけての時代背景の変化とスキー指導者に求められる資質について説明しなさい。
- 設問8 現代は「断絶的な変化の時代」といわれています。このような時代においてスキー指導を行う指導者には「製品力」が求められます。スキー指導者に求められる「製品力」とは何が説明しなさい。

## 3．スキーの運動特性と技術の構造論

### 1) スキー運動の構造と過程(2)

- 設問9 「ターンに必要な条件」は3つある。これについて説明しなさい。
- 設問10 身体運動により物理運動がターン運動を導く方法では、「角づけ」が重要な要素の1つとなります。水平面への「角づけ」と斜面への「角づけ」について説明しなさい。
- 設問11 ターン運動の原因とスキーの主導性について説明しなさい。
- 設問12 スピードの高まりに対する適応力とスキー主導性の関係について説明しなさい。
- 設問13 ターン運動の原因と3つのスキーコントロールの習熟過程についてそれぞれ説明しなさい。

### 2) 技術指導の内容と展開

- 設問14 2007年度スキー指導者研修会テーマのうち、技術的な研究課題において「二軸運動について理解を深める」ことがあげられています。「二軸の運動」の特徴や優位性について説明しなさい。
- 設問15 2007年度スキー指導者研修会テーマの技術指導の段階の概要について説明しなさい。
- 設問16 指導過程のなかでは、指導者はつねに学習者の動きを観察し、学習の成果を確認することが大切です。指導過程の中で上達の様子を見る観点のうち、運動の質的な内容の変化および運動の形態的な変化について説明しなさい。
- 設問17 2007年度スキー指導者研修会テーマの技術指導の段階の第1段階～第4段階の指導の要点を説明しなさい。

## 4 . スキーの指導方法論

### 1) スキー学習のための内容的条件(2)

設問 1 8 指導者はマネージャー的な存在としての役割と、インストラクターとしての指導的役割を持っています。その役割と求められる指導技術について具体的に説明しなさい。

### 2) スキー指導の評価と活用

設問 1 9 スキー指導における単元計画の立案にあたって、考慮しなければならない要点があります。その要点について説明しなさい。

設問 2 0 スキー指導における指導案(日案)の形式と内容について説明しなさい。

設問 2 1 スキー指導においても、指導と評価の一体化が大切だといわれています。評価のねらいについて説明しなさい。

設問 2 2 スキー学習の目的は、生涯スポーツを継続することのできる人を育成することにあります。評価を行う際にも楽しさや喜びの体験、学び方、行動の仕方について評価することも大切です。スキーの楽しさや学び方の評価について説明しなさい。

## 5 . スキーの特性を生かしたトレーニング

### 1) 運動処方の実際

設問 2 3 スキーの特性に基づく体力トレーニングの具体化において、筋力トレーニングを行う際の目安とする負荷量について説明しなさい。

設問 2 4 プライオメトリックス・トレーニングの要領と具体的な方法および留意点について説明しなさい。

### 2) トレーニングの実際

設問 2 5 年間トレーニング計画の期間の区分およびねらいと立案の条件について説明しなさい。

## 6 . スキー実施上の安全対策

### 1) 指導者に必要な安全管理

設問 2 6 救助法の範囲は、「患者を早く救助して、正しい応急手当を行って医師に渡すまで」を指します。けが人や急病人が発生した場合、救助に際してまず守るべきことは何か説明しなさい。

設問 2 7 S.A.J安全のマナーを10項目あげなさい。

設問 2 8 ハインリッヒの1:29:300の法則について説明しなさい。

### 2) 気象と安全

設問 2 9 日本の冬山は、平地に比べて気象環境が厳しく、天候も急変しやすい。冬山の気象の特徴について説明しなさい。

設問 3 0 スキーヤー・スノーボーダーが雪崩の事故に巻き込まれることがあります。雪崩判断の諸条件と雪崩事故の予防について説明しなさい。

## 7 . スキーにおける傷害防止対策

### 1) スキー傷害の実態

設問 3 1 カービングスキーによる傷害の傾向について説明しなさい。

設問 3 2 スノースポーツを楽しむ人の安全能力とは何か。説明しなさい。

### 2) 雪上救急法

設問 3 3 雪上救急法の特長について説明しなさい。

設問 3 4 救急法を実施するときの全般的な注意事項について説明しなさい。

## 8 . 競技スキーのルールと審判法

### 1) 指導者のための競技ルールと審判法

- 設問 3 5 国際スキー競技会におけるアルペン、ノルディック、フリースタイル、スノーボードの各競技における種目名をあげなさい。
- 設問 3 6 アルペン競技会の中心になる主な役員について説明しなさい。
- 設問 3 7 アルペン競技の旗門の正確な通過について説明しなさい。

## 9 . その他必要な知識

### 1) 最近のスキー情報

- 設問 3 8 教育本部の2007年度活動指針および「I LOVE SNOW」キャンペーンの概要について説明しなさい。
- 設問 3 9 日本体育協会発行の「望ましいスポーツ指導者とは・21世紀のスポーツ指導者」を参考にスキー指導者の役割と指導者像について説明しなさい。

### 2) スキー用語

- 設問 4 0 スキ - 用語は、指導者として共通理解が求められる必須用語について解説されたものであり各分野にわたり十分な理解が必要です。実技指導において指導者として特に重要と思われる用語をあげ解説しなさい。

## 参考：過去の論述問題のテーマについて

### 2004年度

「望ましいスキー指導のあり方」について考えるところを述べなさい。  
新教程「技術と指導」について、次のように解説されています。  
《本書では、指導の内容として「学習指導」と「技術指導」を区分して説明していますが、その意図は、実地指導の形態や内容が技術指導中心に偏重することを避けたいという配慮があります。「技術指導」と「学習指導」を切り離すことはできませんが、サービス分野の役割として「学習指導」のほうに主体性を置いてほしいということです。》  
学習指導に主体をおく指導のあり方とはどのようなことでしょうか。「スキー指導のあり方」について、あなたの考えを200字程度にまとめなさい。

### 2005年度

スキー指導者は、スキーヤーの自己実現を手助けし、快適さや楽しさを実感してもらい、生涯にわたって、継続的にスノースポーツに参加するスキーヤーを育てる役割を果たさなければなりません。そのために、  
課題1 指導者としては、どのような「考え方」「姿勢」で学習指導に当たらなければならないと考えていますか。  
課題2 あなたは、指導の場において、具体的にどんなことを心がけて指導実践していますか。上記の課題1と課題2について、300字以内であなたの考えを述べなさい。

### 2006年度

2006年度教育本部中央研修会テーマに、「スキースポーツ振興の方向性と指導者の役割を理解する」が掲げられています。『スキースポーツ振興の方向性と具体的な方策』についてあなたの考えを300字以内で述べなさい。