

準指導員検定・模擬問題（養成講習会②）

所属クラブ		氏名	
-------	--	----	--

1. S.A.J.および関連団体において、1月12日が「スキーの日」と制定されたが、この日に決められた要因となった1911年のできごとを簡単に説明しなさい。

2. 雪崩発生の諸条件についてを記しなさい。

①

②

③

④

⑤

⑥

⑦

⑧

⑨

⑩

3. 指導活動の安全を確保するために心がけることを8つ記しなさい。

①

②

③

④

⑤

⑥

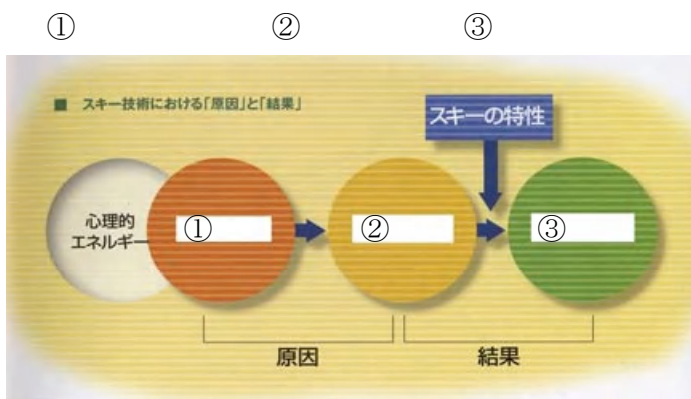
⑦

⑧

4. 表1を完成しなさい。

応用課程	テールコントロールによる パラレルターン	(2)	トップコントロールによる パラレルターン	
	(3)			
① 組立と導入	基本的なパラレルターン	基本的な パラレルターン	基本的なパラレルターン	
	基本的なシュテムターン	(4)		
	(5)	プルークボーゲン	パラレルの山回り	
	プルーク	プルーク	パラレルの山回り	
	(6)			
	平地での諸動作			
段階 課題	ターン運動の主導性	外スキー主導	両スキー主導	内スキー主導
	指導の荷重意識	外スキー荷重	(7)	内スキー荷重
	舵取りの荷重意識	外スキー荷重	両スキー荷重	(8)
	身体運動の特徴	(9)	(10)	

5. スキー技術における「原因」と「結果」について示した文章と図です。空欄に適切な語句を入れ図を完成しなさい。



人間の(4) (人間のエネルギー)は、スキーの(5) (スキーの縦軸と横軸に沿う力など(自然のエネルギー)を制御する(司令塔))に必要の重力のスキーの縦軸と横軸に沿う力など(自然のエネルギー)を制御する(司令塔)自然の(6) (自然のエネルギー)は、スキーのターン運動(スキーのエネルギー)を生起させる。(エンジン)スキー技術は、人間のエネルギー(司令塔)がターン運動に必要な自然の物理運動のを導き出し、自然のエネルギー(エンジン)がスキーにターン運動の(7) (スキーのエネルギー)を与える仕組みなのです。

6. スピードの高まりとスキー主導性について述べたものです。空欄に適切な語句を入れて文章を完成しなさい。(P33)

スピードの高まりに対する適応力は、ターン外側への落下運動に用いられる「外スキー手動」よりも(1) (内スキー手動)への落下運動に用いられる「(2) (内スキー手動)」のほうが高いといえる。一般的に、ターンにおける(3) (両スキー)への荷重配分は、スピードが高まるほど(4) (両スキー)の影響を受け、大きくなります。ハイスピードにおけるスムーズなターンは、外スキーへの(5) (両スキー)が過大に配分されないように注意することによって実現します。外スキー主導は、ターン方向に対して(6) (外スキー)となり、(7) (内スキー)は内回りとなります。このことも、内スキー主導がハイスピードにおいて対応力をもつことになると言える。外スキー主導は「(8) (両スキー)」に優位性を、(9) (両スキー)は「(10) (両スキー)」に優位性を発揮すると考えられる。

7. 評価の実際について、良い指導と指導者としての資質について述べなさい。(P128)

(1) 良い指導とは

①

②

③

④

(2) 指導者としての資質としての評価

①

②

③

④

8. 学習活動の展開における指導者の役割について述べなさい。(P120)

①

②

③

④

⑤

⑥

⑦

⑧

⑨

9. 指導過程の中で上達を見る観点に質的な変化と形態的な変化が見られるが、どのような変化か説明しなさい。

質的な変化

① _____ の変化

から

から

から

① _____ の変化

から

形態的な変化

① _____ の変化

から

から

10. ショック症状の兆候と応急処置をそれぞれ5つ記しなさい。

兆 候

①

②

③

④

⑤

応急処置

①

②

③

④

⑤
