

# 令和6年度愛知県スキー連盟

## 準指導員検定会 理論検定模擬問題

問1. 指導者理論における求められる指導者像について次の事項について答えなさい。

- ・スポーツ指導者の役割

問2. スキー指導における動作やチェック（評価）について次の事項について答えなさい。

- ・運動の「質的な変化」とは

問3. 救急法に於ける、体位の基本5項目について答えなさい。

問4. R I C E処置について説明しなさい。

問5. 救急法について簡単に説明しなさい。

問6. 日本スキー教程に示されているスキー用語について次の各語句を説明しなさい。

- ・くの字姿勢
- ・外旋
- ・内旋
- ・フォールライン
- ・迎え角
- ・雪面抵抗

問7. アルペン競技種別及び種目について説明しなさい。

問8. 「公認スキー指導者規程」に規定されている以下の条項について答えなさい。

- ・（任 務）第3条
- ・（資 格）第4条
- ・（義 務）第6条
- ・（資格の停止）第7条
- ・（資格停止の解除）第8条
- ・（資格の喪失）第9条

問 9. 検定で使用する斜面（斜面基準）について答えなさい

- ・実技斜面
- ・斜度のめやす
- ・級別・プライズテストの適用

問 10. 2023 年度スキー指導者研修課題に於ける「昨年の研修課題を振り返る」に記載されている 3 つの基本動作とは。

問 11. 雪崩現象の種類と特徴を答えなさい。

問 12. 2023 年度スキー指導者研修会課題に於ける、ターン始動期のポジショニングを正確に行い、スピードとターン弧を調整しながら滑るには 3 つの要素は必要になります。その 3 つの要素について説明しなさい。

問 13. スキーの歴史についてそれぞれ関係の深い次の各年に何が行われたか答えなさい。

- ・ 1910 年
- ・ 1920 年
- ・ 1995 年
- ・ 2009 年
- ・ 2014 年

問 14. プルークボーゲンから基礎パラレルターン大回りの上達過程（緩斜面）に関する指導の要点について説明しなさい。

問 15. 基礎パラレルターンへの指導の展開（3 本の矢）を簡単に図示しなさい。