

2021年度公認スキー準指導員検定会 講評

教育本部長 戸井田 寛

荒川主任検定員

コロナ禍の中で、今年2度目の準指導員検定会が行われ、無事に終了しました。受検者の皆様、感染防止対策にご協力頂きまして、ありがとうございました。合格率は、実受検者当り35.3%となりました。理論試験は、今回も非常に優秀な成績でしたが、実技試験は、湿った雪でスキーが滑らず苦戦されていました。ポジションが悪い方は、スキーに力が伝わらずスキーが思うように動かなかったと思います。指導者になれば、悪い天候でも講習をすることがあります。雪質に左右されない、確かなポジションを覚える必要があると感じました。また、前回1月に比べると、種目の理解度は上がっていました。課題をみつけ、自ら改善する方法を探ることで、種目や運動の理解が深まったのだと思います。まだまだ滑れますので、残りのスキーシーズンも充実させてください。
お疲れさまでした。

井上班長

<パラレルターン(大回り)>

降りたての湿雪ではあったが、ある程度表面の湿雪は踏み固め、滑りづらさはあったものの条件は皆一緒の状況で検定は行えたと思います。その中で、荷重、角付け、回旋のターンに必要な要素を出せている人が少なかった。また、1月の検定会での多く見られた伸ばし回しの要素を使っただけの切り換えを行ってくる人が多く、荷重要素が無く、自分から回転を作っていく人が少なかった。
プルークボーゲンでは、回旋要素と角付けが出来ているため、回転に入るには荷重要素を加えることで回転が始まります。一方パラレルターンになると回旋と荷重そして角付けの切替えが必要になり、体のクロスオーバーを行い、回旋と荷重を行うことで回転力が導かれます。今回の検定会では、その部分に練習不足を感じました。

<横滑りの展開>

抵抗を受止められる軸が出来ている方は腰・肩の向きを合わせて落下していき、その捻りを利用してフォールラインに絡めた小回りへ入っていました。進行方向から抵抗が来るわけで、その抵抗をどう受け止めて、どう逃がすかが回転に変えていくために大切ではないかと思います。横滑りには、落ちていく方向への前後運動が必要になってくると思います。ターンと横滑りの身体の使い分けの理解が必要かと思います。

鈴木班長

<プルークボーゲン>

湿った滑らない雪質の中で各自の構成力が問われる状況であった。推進力を得られるポジション、後半の抜け出し方向を意識した受検者は良い結果に結びついていると考える。一方、スキーを止めるようなポジションや動きをしている方は状況把握や求められる技術への理解が足りていない。パラレルターンにつながる適切なポジションと推進力を意識するために、特にターン後半において重心がターン内側に入りすぎることのないようにしてほしい。

<パラレルターン(小回り)不整地>

非常に滑りやすいコンディションとコブのテンポであったため、多くの受検者が溝にあったスキーの方向とそれに対する適切なポジションを取れていた。一方、スキーに対してポジションが遅れて、スキーを止めてしまうまたはフォー

ルラインに対して真横にしてしまうような動きが出た方は斜面下方向への重心の移動がなく、求められる滑りになっていなかった。また、上体の向きがスキーと共に回ってしまっている方は、溝の中でエッジを外すことができず、コントロールを失う場面が見られた。コブの中においては、スキーと身体の適切な逆ひねりとそれを導き出せるポジションを意識して欲しい。

斉木班長

<基礎パラレルターン・小回り>

湿った新しい雪が表面に乗っていて滑り難い状況でしたが、その中でもフォールライン手前から両スキーに荷重をかけている方が多く見られて良かったかと思います。逆にターンポジションが崩れて、エッジングが遅れスピードオーバーになる方や丸い回転弧の意識が身体の回り過ぎで中回りになった方も見られました。あくまでもターン前半の圧を捉えることによりターンスペース、丸い回転弧を描くことが出来るようになると思います。

<滑走プルークから基礎パラレルターンへの展開>

午後からの種目、若干のザブザブ雪でしたが、しっかりとしたターンポジションをキープされてた方は、形にとらわれず自然にパラレルスタンスへと展開されていました。まずは、外スキーの外力が増えることで、重心が内側に入っていくようになり、内足の動きに変化が出てくるように導きたい。滑走プルークから重心が内足から、更に内足に入っていくブーツに対して真上から踏めるポジションへ変化させて欲しいと思います。

喜多班長

<シュテムターン>

シュテムターンは、次のターンでスムーズにエッジングできるところに外スキーを開き出し、良いポジションを作る事、そしてその足場にしっかりと乗り込むこと、さらにそこでできた足場を土台にして次のターンの準備をする必要があります。今回の検定では、開き出すときに良いポジションに移動できても、舵取りの場面で必要以上に前後に動いてしまう方が多く見られました。形を作る以上に、雪面や外力とのやりとりが肝心になりますから、どんな滑りをするときにもスキーが効率よく働くポジショニングや力のやりとりを意識してください。

松沢班長

<総合滑降・リズム変化>

準指導員は指導資格となりますので、資格を所持して、指導者対生徒の関係になると指導者としての責任が生じてきます。ケガを負わせた場合等その程度によっては過失責任を問われることもあります。指導者対生徒でゲレンデに出たときには、ゲレンデ状況全てに気を配る必要があります、滑走するスピードやゲレンデのスペースなども適切に判断していかなければなりません。そのキャパシティの大きさを問う種目であると言えるでしょう。キャパシティが大きいほど判断に余裕生まれ適切な行動につながると思われます。検定に限らず、指導に関係していく全てのスキーヤーに必要な内容であり、指導活動引退するまで、能力を高め続ける必要があると言えるでしょう。