2022年度公認スキー準指導員検定会講評

＜全体＞　主任検定員　荒川正伸
受検者の皆様、二日間お疲れ様でした。幸い天候にも恵まれ、良い条件で検定が行われました。理論検定は、よく勉強されており素晴らしい成績でしたが、実技検定は種目により理解度の差が結果に出ています。特に基礎課程の種目では理解が浅く、その種目がどこに繋がっているのか分からず、必要な要素が見られなかった方がいらっしゃいました。また、基本的なスキー操作、例えば斜滑降などで必要な角付けや外向傾、急停止などの短いエッジングやひねり動作、屈曲による荷重動作などがまだまだ不正確です。カラダをターン内側に僅かに傾けただけで回旋をしている方が非常に多くみられました。スキー用具は優しく簡単になってきましたが、正確な基本動作を忘れずにレベルアップを図っていってください。
以下、各種目の講評です。しっかり理解をして、練習の方向性を見つけ出してください。

＜プルークボーゲン＞　齋藤班長
働きかけの方向が横方向、ポジションが後ろ等でスキーが横方向に動き、制動の要素が強いもの、滑走性を意識しすぎて内スキーがフラットになってしまったものにはきびしい評価となった。用意したプルーク形状を生かしてバランスよくスムーズに運動して滑らかな弧が描けているものに良い評価をしました。

＜パラレルターン　小回り不整地＞　齋藤班長
スキーが横を向いた状態で長い間止まっている滑り（横滑り真下方向と同じような滑り）にはきびしい評価となった。この滑りはコブの深さ関係なく、整地に近いラインを滑った人に多く見られました。良い評価の滑りはバランスよく運動が途切れず不整地の中でも丸いターン弧が描けているものです。

＜基礎パラレルターン　小回り＞　宮嶋班長
午前中種目でバーン状況が非常に良かったこともあり、全体的にバランスの良い滑りの方が多く、特にスピードコントロール（等速）でターン弧を描く事について高評価であった。しかしながら、若干スキーのテールを振る動き（ワイパーのようなターン弧）も見られたので、ターンの前半谷回りからの早めの荷重を行うことにより、より安定した滑りになると思われる。また、ポジションが後ろになってしまいスピードコントロールを失った滑りも見られ、そのあたりが合否を分けたポイントになった。

＜滑走プルークから基礎パラレルターンへの展開＞　宮嶋班長
気温上昇で湿雪となったが、比較的好条件であったため、全体に良い滑りが見られた。
評価のポイントとして、外スキーの荷重の強まりにより、パラレルターンへと展開する部分が重要なポイントであったが、外スキーへの荷重という点では課題が残った。
特に、上体の先行動作（ローテーション）や過度な外頚姿勢の方も多くみられ、適切な荷重ポジションが取れない滑りが見られた。また、プルーク形状から一気にパラレルスタンスへ変化させる方や、シュテム動作によるスタンスの変化をする方もおり、プルークからパラレルに展開するための自然なスタンスという点も今後の課題となった。

＜パラレルターン　大回り＞　桜本班長
気温はプラスでしたが雪面は適度にしまり、快晴で雪面状況も見やすい良好なコンディションで実施できたこともあり全体としては合格基準もしくはそれを上回るいい滑りが多くみられました。評価の観点としてはカービング要素により深回りのターン弧でターンを仕上げ次のターン内側への重心移動をスムーズに行っている滑りにはいい評価をさせていただきました。一方、重心移動ではなく上体のふりこみ、急な抜重動作によりターン始動をしている滑り、スキーに重さがのらず内傾角も不足したズレの大きい舵取りになっている滑り、大回りとしてのターン弧のコントロールが不適切で中回りになってしまった滑りには厳しい評価となりました。

＜横滑りの展開＞　桜本班長
午後からの実施となりやや雪面はやや緩んだものの、良好なコンディションで実施しました。全体としては合格基準に達していない滑りが多くみられる厳しい種目となりました。
評価の観点としては小回りターンの前段階として股関節の内旋外旋を使った上半身と下半身の逆ひねりとひねり戻しの連続運動、スキーへ自重をあずけ雪面抵抗とバランスをとることを表現することを求めています。しかし、斜め前方方向への横滑りはできているが真下方向へ横滑りができずに小回りターンに発展してしまったもの、常にパラレルスタンスでの操作が求められていますが切り換えがシュテム操作になってしまったもの、パラレルスタンスでの切り換えにはなっているが上体からのふりこみによる切り換えになってしまったもの、横滑りの中、上半身と下半身の逆ひねりができずにスキーに正対、ローテーションしてしまっているもの、が多くみられました。一層の種目の理解と雪上での表現力の向上を期待しています。

＜シュテムターン＞　紀班長
気温が高い中でしたが、バーンは最後まで荒れず良い状況で滑れたのではないかと思います。合格された方は、ポジションがよく、開き出した足に重さを乗せることができていました。また、切り替えで良いポジションに戻すことができていました。一方で種目の理解が不十分な方も見られました。どうしてシュテム動作を行うのか、なんのために次のターンの外足を開き出すのかを考え、種目を理解していきましょう。スキーはポジションが大切です。どんなバーン、どんな種目でも良いポジションで滑る練習をしてください。

＜総合滑降　リズム変化＞　青木班長
春の汗ばむ気候の中、非常にバーンコンディションが良く、スキーの反応も良い条件での検定となりました。ジャッジの大きな観点として「推進系のエッジング操作」「スキー操作が可能なセンターポジションの維持」に主眼を置き、「リズム変化を含めた構成の中での推進力の維持」を評価させていただきました。実践課程であるこの種目も、基礎課程から組み立てた、一貫性のあるスキー操作が求められています。
スピード感のある中でスキーの推進力を表現されていた受検者も目立った一方で、スピード域が上がる事でターン中のバランスが崩れ、次のターンでの素早いスキー操作が行えていない受検者が目立ちました。是非、実践の大回り系種目も、基礎課程と切り離さず、且つ違いを理解し、いっそう研鑽していただければと思います。お疲れ様でした。