

2025 年度

公認スキー準指導員検定 理論問題

2025 年 2 月 15 日（土）

試験時間 60 分

解答は全てマークシート解答用紙の番号を塗りつぶして答えてください。

⑩点は不可としますのでご注意ください。

注意事項

- （１） 試験中は、ビブを必ず着用し、指定された席に着いてください。
- （２） 試験中は、一切の私語を慎み、監督官の指示に従ってください。
- （３） 試験実施時間は 60 分です。開始後 30 分は退出できません。
- （４） 試験中、問題の内容に関する質問は一切受け付けません。ただし、次の場合に限り、挙手をして監督官に申し出てください。
  - ① 問題等に印刷不鮮明の箇所があり判断できない場合。
  - ② 問題冊子（7 頁）・解答用紙（1 枚）に不足がある場合。
- （５） 試験中、不正・不法行為が行われた場合には、直ちに受検を中止させ、会場より退場を命じます。
  - ① テキスト・参考書・ノート・メモ等を所持し、解答に利用した場合又はその疑いのある者。
  - ② 他人の答案をのぞく、互いに解答を見せ合う、紙片をまわす、合図や相談をする、監督官から解答を引き出そうとする等の不正な行為を行った者。
  - ③ 故意に試験実施の妨害をする者、監督官の指示に従わない者。
  - ④ 下敷きの使用、筆記用具・消しゴム等の貸し借りをした者。
- （６） 試験時間中に発病又は一時休養を希望する者は、監督官に申し出てください。
- （７） 試験中の携帯電話やスマートフォン、その他の電子機器の使用は一切禁止します。電源を切り、荷物に格納してください。
- （８） 解答用紙全てに、受験番号（ビブNo.）、氏名を記入してください。
- （９） 問題冊子はお持ち帰りください。

岡山県スキー連盟 主管

**問題 1** 次の文章は「公認スキー指導者規程」にある指導者の任務や義務等についてまとめたものである。間違っている規程の番号をすべて答えなさい。

① 1. 任務

指導者は、スキー界の先達として自覚と誇りをもって、その普及発展に努めなければならない。

② 2. 資格

指導者は、公認スキー指導者検定規程に定めた検定会で合格した者が、別に定めた手続きをおこなうことにより、資格が付与され全国共通の資格を有する。

③ 3. 活動の範囲

指導者は、本連盟の加盟団体、所属団体及び公認スキー学校等において活動することを則とする。

④ 4. 有効期間

資格の有効期間は、合格年度及び更新年度から3年間とする。

⑤ 5. 義務

- ・指導者は、指導者の任務を完遂するため、資格有効期限内に、公認スキー指導者研修を最低3年に1回受講し、修了しなければならない。
- ・指導者は、加盟団体の事業には、積極的に参加しなければならない。

⑥ 6. 資格の停止、停止の解除

- ・指導者が、指導者研修会を2年続けて未修了の場合は、指導者の資格を停止する。  
資格停止中の者は、スキー活動を行うことができない。
- ・指導者の資格の停止解除は、公認スキー指導者研修修了をもって資格の停止を解除できる。

⑦ 7. 資格の喪失

- ・本連盟会員登録規程第4条の規定により、会員の資格を喪失したとき
- ・本連盟の規約に違反し、指導者としての体面を汚すような行為があったとき
- ・資格の年次登録料を納期までに納入しないとき

**問題 2** スノースポーツ論での日本におけるスノースポーツの流れにおいて2022年3月第3期スポーツ基本計画が策定されています。正しい番号をすべて選びなさい。

- ① スポーツで「人生」が変わる。
- ② スポーツで「社会」を変える。
- ③ スポーツで「人」とつながる。
- ④ スポーツで「夢」を創る。

4つの中長期的な基本方針は今後も踏襲し新たに

- ⑤ 「つくる、すすむ」
- ⑥ 「あつまり、ともに、つながる」
- ⑦ 「誰もが楽しめる」

の3つの視点を定め、国民がスポーツを「する」「みる」「ささえる」ことができる社会を目指している。

**問題3** 指導者が持つべき心構えについて、それぞれの頭文字をとって、「PATROL」で説明ができます。各単語と説明があてはまらないものをすべて選びなさい。

- ①Process：結果ではなく、経過をじゅうししましょう
- ②Acknowledgement：よく観察しましょう
- ③Together：一緒に楽しみ、一緒に考えましょう
- ④Respect：尊敬、尊重しましょう
- ⑤Observation：承認しましょう
- ⑥Listening：話をよく聞きましょう

**問題4** 救急法を実践する際に「救助者の守るべきこと」について、カッコ内の語句がすべて正しく選ばれている番号を答えなさい。

- （a）の安全を確保します。周囲の状況を観察し、（b）の防止に努めます
- 原則として（c）は使用しません
- あくまでも（d）または救急隊などに引き継ぐまでの手当にとどめます
- かならず（d）の診療を受けることを勧めます
- （f）の判断を行なってはいけません

- ① a：周囲            b：二次事故        c：医薬品        d：看護師        e：死亡
- ② a：自分自身        b：怪我            c：医薬品        d：医師            e：怪我の
- ③ a：自分自身        b：二次事故        c：医薬品        d：看護師        e：死亡
- ④ a：自分自身        b：二次事故        c：医薬品        d：医師            e：死亡

**問題5** 国際スキー連盟が定める「10FIS ルール」の内容について、正しい文章のアルファベットが選ばれている番号を答えなさい。

a.他者の尊重

スキーヤーは他者を危険にさらしたり、怪我を与えることのないよう行動しなければならない。

b.スピードとスキーのコントロール斜面、雪質、悪天候の状況や自らの技術はもちろん、混み具合にも合わせたスピードと滑り方で滑らなければならない。

c.滑走ルートを選択

後ろから滑ってくるスキーヤーは前方を滑っているスキーヤーを危険にさらすことのない滑走ルートを選ばなければならない。

d.追い越し

追い越されるスキーヤーが意識的にも、無意識にも動けるスペースを残しておけるならば、スキーヤーは他のスキーヤーを上下左右から追い越すことができる。

e.合流と滑走再開

合流や滑走再開するときは、自分自身も他のスキーヤーも危険にさらすことなく合流・再滑

走できるように、滑走コースの上下左右を確認しなければならない。

f. ピステでの停止

やむを得ない場合を除き、スキーヤーはピステ上の狭い場所や視界の悪い場所での停止を避けなければならない。

g. 徒歩での登り降り

徒歩で登り降りするスキーヤーは、ピステの真ん中を歩かななければならない。

h. 標識やマーキングの遵守

スキーヤーは標識やマーキングを守らなければならない。

i. 援助

事故が起きた場合、すべてのスキーヤーはそれを援助しなければならない。

j. 身元の確認

全スキーヤーおよび目撃者は、事故の責任の有無を問わず、氏名と連絡先と住所を交換しなければならない。

① a、b、d、h、j

② c、d、f、h、i

③ c、d、e、h、j

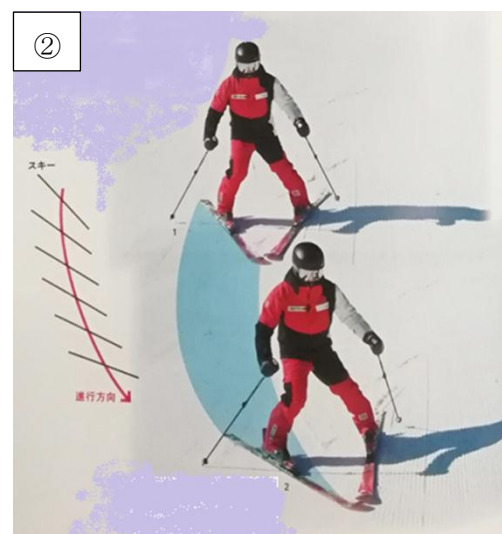
④ a、b、f、i、j

**問題6** FIS 公認のスキー競技会は、国際スキー連盟（FIS）が制定する「国際競技規則」によって運営されます。この規則で定められている「アルペン競技」の種目をすべて選びなさい。

①ジャイアントスラローム      ②スキークロス      ③アルペンコンバインド

④パラレル      ⑤スロープスタイル      ⑥スラローム

**問題7** 次に示す画像は「ダイナミックパラレルターンへの指導の展開」のスキッディングとカービングのコントロールを示しています。各問に答えなさい。



- (1) 前ページの画像①と画像②はどちらがスキディングの画像ですか？
- (2) 次の文章はスキディングのコントロールを説明しています。空欄の語句がすべて正しい番号を答えなさい。

( a ) を維持し、エッジングを ( b ) 保つことで、( c ) を使ってコントロールする。スキーの ( d ) が少なく、カービングに比べてターン弧が ( e ) なる。

- |   |        |        |       |          |        |
|---|--------|--------|-------|----------|--------|
| ① | a: 荷重  | b: 一定に | c: キレ | d: エッジング | e: 大きく |
| ② | a: 迎え角 | b: 一定に | c: ズレ | d: たわみ   | e: 大きく |
| ③ | a: 迎え角 | b: 強く  | c: ズレ | d: たわみ   | e: 小さく |
| ④ | a: 迎え角 | b: 一定に | c: キレ | d: 荷重    | e: 大きく |

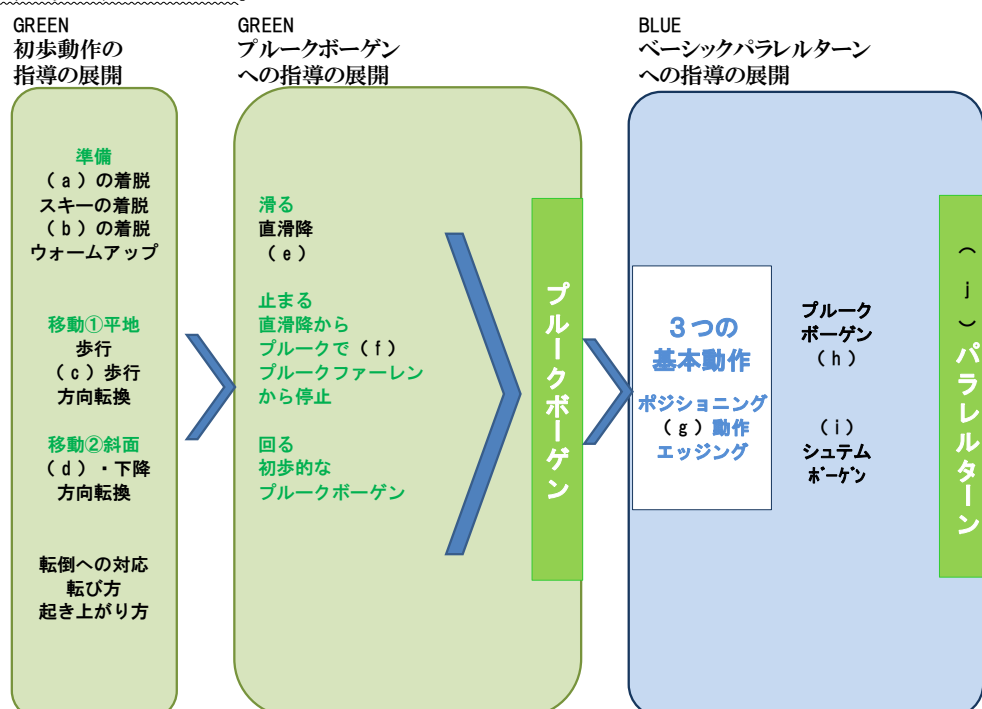
- (3) 次の文章はカービングのコントロールを説明しています。空欄の語句がすべて正しい番号を答えなさい。

( a ) を維持しながらエッジングを ( b )、ターン ( c ) を維持して舵取りを行う。スキーの ( d ) 性能とたわみによって、( e ) 回転弧を描くことができる。

- |   |        |        |       |          |        |
|---|--------|--------|-------|----------|--------|
| ① | a: 荷重  | b: 一定に | c: 弧  | d: エッジング | e: 大きい |
| ② | a: 迎え角 | b: 強め  | c: 弧  | d: 回転    | e: 浅い  |
| ③ | a: 迎え角 | b: 強め  | c: 姿勢 | d: 回転    | e: 深い  |
| ④ | a: 荷重  | b: 強め  | c: 姿勢 | d: エッジング | e: 深い  |

**問題 8** 日本スキー教程「ブルークボーゲンへの指導の展開」と「ベーシックパラレルターンへの指導の展開」について、次の問いに答えなさい。

- (1) 次の図は「ブルークボーゲンへの指導の展開」を示したものである。空欄の語句がすべて正しい番号を答えなさい。



- ① a : ウエア      b : スtock      c : 坂      d : 登行      e : プルークボーゲン      f : 回転  
g : 滑走      h : 推進      i : 制動      j : ベーシック
- ② a : ブーツ      b : バックル      c : 平地      d : 登行      e : プルークファーレン      f : 回転  
g : 荷重      h : 制動      i : 推進      j : ダイナミック
- ③ a : バックル      b : スtock      c : 坂      d : 登行      e : シュテムボーゲン      f : 停止  
g : 荷重      h : 制動      i : 推進      j : ダイナミック
- ④ a : ブーツ      b : スtock      c : 平地      d : 登行      e : プルークファーレン      f : 停止  
g : 荷重      h : 推進      i : 制動      j : ベーシック

(2) 下面像は「プルークボーゲンへの指導の展開」のなかの直滑降からプルークで停止の動作です。  
この直滑降からプルークで停止の動作要領と指導の要点の空欄の語句がすべて正しい番号を  
選びなさい。



#### 動作要領

- (1) ( a ) で滑り出し、徐々に両スキーの ( b ) を  
開き出して制動をかけます。
- (2) プルークスタンスをさらに広げることで ( c ) を  
大きく取り、エッジングを強めることによって  
( d ) を強めます。
- (3) プルークスタンスを維持して止まります。

#### 指導の要点

- (1) 左右のスキーに ( e ) に制動をかけて止まる動作  
を習得します。
- (2) ( f ) することによって習熟度を上げ、安定して  
止まれるように導きます。
- (3) ( g ) 斜面を利用し、スピードが上がりすぎない  
ように注意します。
- (4) 両スキーで制動をかけ、真下を向いて停止する方  
法を習得したら、さらに強い制動をかけられるよ  
う、 ( h ) で停止する方法を指導します。

- ① a : 直滑降      b : テール      c : 迎え角      d : 制動      e : 均等      f : 反復      g : 緩い      h : 横向き
- ② a : 直滑降      b : トップ      c : 迎え角      d : 滑走性      e : 均等      f : 復習      g : 緩い      h : 切り上げ
- ③ a : 斜滑降      b : テール      c : 迎え角      d : 制動      e : 同時      f : 反復      g : 中      h : 横向き
- ④ a : 直滑降      b : テール      c : 角付      d : 滑走性      e : 均等      f : 反復      g : 中      h : 切り上げ

**問題 9** 次の問いに答えなさい。

(1) 岡山県スキー連盟会長および教育本部長の組み合わせで正しいものを選びなさい。

- |           |             |
|-----------|-------------|
| ①会長：森 俊行  | 教育本部長：末長 範彦 |
| ②会長：吉井 龍吾 | 教育本部長：森 俊行  |
| ③会長：中島 信二 | 教育本部長：吉井 龍吾 |
| ④会長：末長 範彦 | 教育本部長：森 俊行  |
| ⑤会長：原田 雅彦 | 教育本部長：森 俊行  |

(2) 全日本スキー連盟（S A J）は創立何年か正しい番号を選びなさい。

- ①創立150周年    ②創立120周年    ③創立100周年    ④創立80周年

(3) 日本で初めて冬季オリンピックが開催された西暦と開催都市があっている番号を選びなさい。

- ①1972年長野    ②1972年札幌    ③1998年長野    ④1973年札幌

(4) 北欧の神話や伝承にはスキーの神が登場します。北欧スカンジナビアの丘陵地に住む人々の間で信仰された有名なスキーの神の正しい組み合わせの番号を選びなさい。

- |                   |                    |
|-------------------|--------------------|
| ①男神：スカディ    女神：ウル | ②男神：ストー    女神：スカディ |
| ③男神：ウル    女神：ソルメ  | ④男神：ウル    女神：スカディ  |

(5) インタースキーは何年ごとに開催されるか正しい番号を選びなさい

- ①2年毎    ②3年毎    ③4年毎    ④5年毎

**問題 10** あなたが準指導員検定を受検しようと思った理由と、今後指導者としてどのように活動していきたいと考えているかについて具体的に述べなさい。