

スキー競技の知識とルール

スキー環境の変化は指導者の指導環境にも変化をもたらしてきています。

特に競技会の運営、競技指向のジュニアなどの指導に携わることも多くなってきています。

競技スキーは傷害の発生率も高く、規則は傷害を防止するためのルールでもあり、受講者の傷害予防のためにも競技スキーの最低の知識を身につけておくことが望ましいと思います。また競技規則も年次ごとに改正され、常に新しい情報を理解し把握しておく必要があります。

受講者から見れば、指導者はスキー界のエキスパートであり、指導の現場で、あるいは雑談の中で、質問が出て競技のことは皆目わかりませんでは、受講者との信頼関係が薄れてしまいます。

指導者はスキー界の指導者であり、スキー競技全般に関しても幅の広い知識を持った指導者が求められていると思います。

受験のための勉強でなく、是非これを機会に競技スキーに興味をもつていただき、普及の場でも、競技の場でもどちらでも指導に当たれる、質の高い指導者を目指していただきたいと思います。競技本部も昨年からはジュニアの合宿に教育の指導者を招いて3日間の指導を任せており、ジュニアの指導に予想以上の成果を上げています。

長野オリンピック以来、ジャパン・ジャンプチームの不振の原因となった、ジャンプスキーの長さに関する新ルールが発表されました。当時は我々もジャンプ特有のルールかと思っていましたが、まもなくFISからアルペン競技の用具についても長さ、サイドカーブ、幅などの新ルールが相次いで発表されました。この背景には、マテリアルの進歩に伴い、競技の安全性と公平性が目的となっています。

特に2シーズン前からアルペンレースのスキー用具規制が明確にされております。理由としては急激に進行したスキー板の短縮と、回転半径の縮小化と同時に高速化でした。

それと同時にミスカービングなどによる選手の傷害の多発と、ますますの危険性を考え用具の規制が始まりました。

選手の安全性の確保という観点から規制されたルールであり、その危険性の背景を考えると、特にジュニア、中高年の指導においてはマテリアルの選択、技術指導に、スキー用具と安全性の関係を充分認識して指導に当たる必要があるかと思う。

つぎに、スキー競技会には、アルペン、スノーボードなど10種目ありますが、全ての種目の競技会にはジュリーメンバーを中心に運営されており、特に競技エリア内の専門的な事柄に対し責任を負う立場におかれ、アルペン種目に於いては、ジュリーメンバーは、

TD、レフリー、競技委員長の3名で(スピード種目では副審)構成され、それぞれに任務、権利、責任が課せられ、競技会の準備、運営などに当たっています。

レフリーの任務にコースセット後に旗門数、旗門間の距離などルールが厳守されているかなどのインスペクションを行い、主審単独のインスペクションは主審の決定が最終決定となる。そこで皆さんには、最低ジャイアントスラロームの旗門数、旗門間の距離数字ぐら
いは最低理解していただいてほしい。

次に飛躍競技の知識としてジャンプ台の分類についての知識は理解しておいてほしい。ジャンプ台はスモールヒル、ミディアムヒル、ノーマルヒル、ラジアルヒル、フライングヒルの5つに分類されており、それぞれがK点距離によって決定されています。中でも代表的なノーマルヒル・ラージヒルのK点距離ぐらひは理解しておく必要があります。

スキー競技のルールは数字が多くまたさまざまな種目に応じたルールがあり30分という時間で理解していただくのは物理的に不可能であります。私が簡単に話したことは膨大な規則のほんの2行ぐらいです。皆さんに最低身に着けてほしい知識は、「スキー検定、受講者のために」の中に詳しく掲載されております。少なくともこの資料の中身だけは理解していただきたいと思います。

最後になりましたが、指導者はスキー技術だけを指導するのではなく、一人でも多くの人にスキーの楽しさを伝え、普及に努める責任もあろうかと思ひます。楽しさといったら競技スキーに勝るものはありません。資格取得にチャレンジしたら、今度はタイムにチャレンジして下さい。まず自身が競技スキーの楽しさを体験して下さい。