

S I A認定スノーボード教師 実技・指導実習検定基準 <資料>

スノーボード・ステージⅠ

1. 実 技

(1) 初歩のターン

(緩斜面で幅10m以上×長さ100m程度の平滑な斜面を滑る)

- イ. 基本の滑走技術を理解できているか。
- ロ. 各サイドの基本姿勢（荷重姿勢）はできているか。
- ハ. 脚部の運動（ボードのねじれ）は的確か。
- ニ. ボードコントロール（エッジング、重心移動、切りかえ）は的確か。

(2) スライディングターン・ロング

(緩・中斜面で幅20m以上×長さ150m以上の平滑な斜面を滑る)

- イ. 基本の滑走技術を理解できているか。
- ロ. 各サイドの基本姿勢（荷重姿勢）は的確か。
- ハ. プレッシャーコントロール（荷重）は的確か。
- ニ. ボードコントロール（エッジング、重心移動、切りかえ）は的確か。

(3) スライディングターン・ミドル

(緩・中斜面で幅30m以上×長さ150m以上の平滑な斜面を滑る)

- イ. 基本の滑走技術を理解できているか。
- ロ. 各サイドの基本姿勢（荷重姿勢）は的確か。
- ハ. プレッシャーコントロール（荷重）は的確か。
- ニ. ボードコントロール（エッジング、重心移動、切りかえ）は的確か。

スノーボード・ステージⅡ

1. 実 技

(1) 初歩のターン

(緩斜面で幅10m以上×長さ100m程度の平滑な斜面を滑る)

- イ. 基本の滑走技術を理解できているか。
- ロ. 各サイドの基本姿勢（荷重姿勢）はできているか。
- ハ. 脚部の運動（ボードのねじれ）は的確か。
- ニ. ボードコントロール（エッジング、重心移動、切りかえ）は的確か。

(2) スライディングターン・ショート

(中斜面で幅30m以上×長さ150m程度の平滑な斜面を滑る)

- イ. 基本の滑走技術を理解できているか。
- ロ. 各サイドの基本姿勢（荷重姿勢）は的確か。
- ハ. プレッシャーコントロール（荷重）は的確か。
- ニ. ボードコントロール（エッジング、重心移動、切りかえ）は的確か。

(3) フェイキーターン

(緩・中斜面で幅20m以上×長さ150m程度の平滑な斜面を滑る)

- イ. 基本の滑走技術を理解できているか。
- ロ. 各サイドの基本姿勢(荷重姿勢)は的確か。
- ハ. 脚部の運動(ボードのねじれ)は的確か。
- ニ. プレッシャーコントロール(荷重)は的確か。
- ホ. ボードコントロール(エッジング、重心移動、切りかえ)は的確か。

(4) カービングターン

(緩・中斜面で幅30m以上×長さ150m以上の平滑な斜面を滑る)

- イ. 基本の滑走技術を理解できているか。
- ロ. 各サイドの基本姿勢(荷重姿勢)は的確か。
- ハ. 脚部の運動(ボードのねじれ)は的確か。
- ニ. プレッシャーコントロール(荷重)は的確か。
- ホ. ボードコントロール(エッジング、重心移動、切りかえ)は的確か。

2. 指導実習

- イ. 挨拶、生徒に声が届く等、分かりやすい説明で生徒とコミュニケーションがとれているか。
- ロ. 教師らしい身だしなみで、指導に責任感があるか。
- ハ. 安全に配慮した指導が行われているか。(斜面の選択、安全な場所、リフト乗降等)
- ニ. 基本的なレッスン計画が立てられているか。
- ホ. レッソンの目的・目標が的確に説明できているか。
- ヘ. 基本的な上達の為のアプローチ方法、改善策が確立されているか。

スノーボード・ステージⅢ

1. 実 技

(1) ショートターン

(中・急斜面で幅30m以上×長さ150m以上の平滑な斜面を滑る)

- イ. 基本の滑走技術を理解できているか。
- ロ. 各サイドの基本姿勢(荷重姿勢)は的確か。
- ハ. 脚部の運動(ボードのねじれ)は的確か。
- ニ. プレッシャーコントロール(荷重)は的確か。
- ホ. ボードコントロール(エッジング、重心移動、切りかえ)は的確か。

(2) カービングターン

(中・急斜面で幅20m以上×長さ150m以上の平滑な斜面を滑る)

- イ. 基本の滑走技術を理解できているか。
- ロ. 各サイドの基本姿勢(荷重姿勢)は的確か。
- ハ. 脚部の運動(ボードのねじれ)は的確か。
- ニ. プレッシャーコントロール(荷重)は的確か。
- ホ. ボードコントロール(エッジング、重心移動、切りかえ)は的確か。

(3) 総合滑降

(中・急斜面で幅50m程度×長さ200m以上の平滑な斜面を滑る)

- イ. 基本の滑走技術を理解できているか。
- ロ. 各サイドの基本姿勢（荷重姿勢）は的確か。
- ハ. 脚部の運動（ボードのねじれ）は的確か。
- ニ. プレッシャーコントロール（荷重）は的確か。
- ホ. ボードコントロール（エッジング、重心移動、切りかえ）は的確か。

(4) エアー（ジャンプ）

（幅10m程度×長さ50m程度の安全な着地点を確保できる斜面上に作成したエアー台を使用する）

- イ. 基本の滑走技術を理解できているか。
- ロ. 積極的なアプローチと踏み蹴り（オーリー）は的確か。
- ハ. 安定した空中姿勢と着地は取れているか。
- ニ. トリックは評価しない

2. 指導実習

- イ. 挨拶、生徒に声が届く等、分かりやすい説明で生徒とコミュニケーションがとれているか。
- ロ. 教師らしい身だしなみで、指導に責任感があるか。
- ハ. 安全に配慮した指導が行われているか。（斜面の選択、安全な場所、リフト乗降等）
- ニ. 基本的なレッスン計画が立てられているか。
- ホ. レッソンの目的・目標が的確に説明できているか。
- ヘ. 基本的な上達の為のアプローチ方法、改善策が確立されているか。

スノーボード・ステージⅣ

1. 実 技

(1) 初歩のターン

（緩斜面で幅20m以上×長さ100m程度の平滑な斜面を滑る）

- イ. 基本の滑走技術を理解できているか。
- ロ. 各サイドの基本姿勢（荷重姿勢）はできているか。
- ハ. 脚部の運動（ボードのねじれ）は的確か。
- ニ. ボードコントロール（エッジング、重心移動、切りかえ）は的確か。

(2) カービングターン

（中・急斜面で幅50m程度×長さ200m以上のナチュラルバーンを滑る）

- イ. 基本の滑走技術を理解できているか。
- ロ. 各サイドの基本姿勢（荷重姿勢）は的確か。
- ハ. 脚部の運動（ボードのねじれ）は的確か。
- ニ. プレッシャーコントロール（荷重）は的確か。
- ホ. ボードコントロール（エッジング、重心移動、切りかえ）は的確か。

(3) ショートターン（不整地含む）

（中斜面で幅20m程度×長さ150m以上の不整地を含む斜面を滑る）

- イ. 基本の滑走技術を理解できているか。
- ロ. 各サイドの基本姿勢（荷重姿勢）は的確か。

- ハ. 脚部の運動（ボードのねじれ）は的確か。
- ニ. プレッシャーコントロール（荷重）は的確か。
- ホ. ボードコントロール（エッジング、重心移動、切りかえ）は的確か。

(4) 総合滑降(エアースイッチ含む)

(中・急斜面で幅50m程度×長さ200m以上のナチュラルバーンを滑る)

- イ. 基本の滑走技術を理解できているか。
- ロ. 各サイドの基本姿勢（荷重姿勢）は的確か。
- ハ. 脚部の運動（ボードのねじれ）は的確か。
- ニ. プレッシャーコントロール（荷重）は的確か。
- ホ. ボードコントロール（エッジング、重心移動、切りかえ）は的確か。
- ヘ. 滑走中のジャンプによる方向転換は的確か

(5) エアー

(幅10m程度×長さ50m程度の安全な着地点を確保できる斜面上に作成したエアー台を使用する)

- イ. 基本の滑走技術を理解できているか。
- ロ. 積極的なアプローチと踏み蹴り（オーリー）は的確か。
- ハ. グラブやシフト、スピンなどのトリックは最低1つは的確に行えているか。
- ニ. 安定した空中姿勢と着地は取れているか。
- ホ. 3D、ワンフットエアーを禁止する

2. 指導実習（ビデオアナリシス指導）

- イ. ビデオ分析ができているか。
- ロ. ビデオ分析から基本的なレッスン計画が立てられているか。
- ハ. レッソンの目的・目標が的確に説明できているか。
- ニ. 上達の為のアプローチ方法、改善策が確立されているか。