

2026年度 公認スキー準指導員検定「養成講習カリキュラム」と「理論検定出題範囲」

北海道スキー連盟 教育本部

1 使用するテキスト

- (1) 日本スキー教程（2024年10月発刊版）
- (2) 日本スキー教程安全編（2024年10月発刊版）
- (3) 受検者ハンドブック（スキー部）（2025年10月本連盟HP更新版からダウンロード）
- (4) 規約・規程（510公認スキー指導者規程、522公認スキー指導者検定規程、523公認スキー指導者検定基準及び実施要領（本連盟HP→ライブラリー内参照）

2 養成講習カリキュラム（理論）

(1) スキーの特性に応じた基礎理論

講習時間：15時間（集合講習6時間、自主学习9時間）

講習科目名	講習内容・主要課題	テキストとテキストの主なページ	理論問題出題範囲
1. 指導者に必要な基礎理論	1 スノースポーツ論 2 指導者理論 3 指導方法論	・受検者ハンドブック 1 受検者：P4～5 2 受検者：P5～7 3 受検者：P7～13	○受検者：P4～13
2. スキー指導の安全知識	1 序論 2 安全な滑走のために（用具と安全含む） 3 スノースポーツの保険 4 スキー指導と安全	・日本スキー教程：安全編 1 安全編：P6～16 2 安全編：P18～52 3 安全編：P52～58 ・日本スキー教程 4 教程：P130～152	○安全編：P6～16 P18～52（P47～52） ○教程：P130～152
3. スノースポーツの医学	1 スノースポーツ救急法概論 2 スノースポーツの外傷・障害	・日本スキー教程：安全編 1 安全編：P122～130 2 安全編：P131～142	○安全編：P122～142
4. スキー指導の展開	1 初歩動作の指導の展開 2 ブレークボーゲンへの指導と展開 3 ベーシックパラレルターンへの指導の展開 4 ダイナミックパラレルターンの指導の展開	・日本スキー教程 1 教程：P8～31 2 教程：P32～47 3 教程：P48～67 4 教程：P68～128	○教程：P8～128
5. スキー指導と安全	1 スキー環境とルール 2 スキー指導におけるリスクアセスメントとPDCAサイクルの活用 3 スキー傷害・予防の観点から見た体力および身体の使い方 4 スキーとフィジカルリテラシー 5 子どもたちへの楽しく安全な指導のために	・日本スキー教程 1 教程：P130～133 2 教程：P134～137 3 教程：P138～143 4 教程：P144～147 5 教程：P148～152	○教程：P138～152
6. スキーの歴史と用語解説	1 スキーの歩みと未来に向けて 2 スキー年表 3 日本スキー教程の歩み 4 スキー用語	・日本スキー教程 1 教程：P154～162 2 教程：P163～167 3 教程：P168～169 4 教程：P170～173	○教程：P154～173
7. 指導者に必要な基礎理論	1 各種検定会の運営について 2 スキー競技の種別及び種目	・受検者ハンドブック 1 受検者：P13～15 2 受検者：P15～17	○受検者：P13～17
8. 資格制度と検定制度	1 指導に関する制度の種類 2 検定制度 3 公認スキー指導者検定の内容と評価の観点	・受検者ハンドブック 1 受検者：P18～19 2 受検者：P19～21 3 受検者：P22～23	○受検者：P18～23
9. 山岳スキー	1 バックカントリー	・日本スキー教程：安全編 1 安全編：P60～72	○安全編：P60～72
10. 規約、規程の理解	1 定款及び会員登録規程 2 教育本部規程、内規及び関連 3 検定制度に関する諸規程	・規約・規程（SAJホームページ） 1. 各規約・規程	○規程 ① 510公認スキー指導者規程 ② 522公認スキー指導者検定規程 ③ 523公認スキー指導者検定基準及び実施要領

