

平成21年度 山スキー活動方針案

一目標一 山スキーを楽しむ

一段階制を採用する一

<0段階> 冬のフィールドに必要な知識と自覚を身につける。

用具の調整、改良。勉強会（原則として全員出席）。

<I段階> スキー場内でII段階に必要なスキー技術を習得する。

練習内容：スキー場内での登行、滑降、冬山技術。

指導内容：準備運動、シール着脱、キックターン、正しい転び方、

起き上がり方、ジルブレッタターン（平地での練習）

素早いパーティー行動。

登行／ジルブレッタターン（山回りキックターン）、

足をそろえる登行、シールをはずさない登行、

階段登行、八字登行、深雪登行など。

滑降／テレマークとボーゲンでの、曲がり方、止まり方。

斜滑降、横滑り、など。

冬山技術（初歩）／ツェルト張り、

服を濡らさない・安易に雪の上に物を置かない

・スキー板を流さない等の冬山に入る心構

えの確認

判定基準：1. 安全に確実に、滑れて、曲がれて、止まれる。

2. 指導した登行ができています。

3. 冬山技術（初歩）が習得されている。

4. 素早い行動ができる。（パーティーを遅らせない行動、体力）

補足：・I段階はレクとする。（審議においてのレク承認は省略する）

・過年度の経験も含めて2回目から判定する。

・ザック別に判定する。（アタックとサブ）

・山スキー1年目はサブ合格後、アタックの判定を受ける。

・I段階はII段階に準じた装備を持つこととし、必要最低限の装備がなければ行わない。

・コース外は滑らない。

・スキー場はオープンしていればI段階を行うことができる。

＜Ⅱ段階＞ 近郊の比較的易しいフィールドで練習し、楽しむ。

Ⅲ段階への必要なフィールド技術の習得。

練習内容：新、深雪での登行、滑降技術と、冬山でのフィールド技術。

指導内容：深雪ラッセル、深雪での立ち上がり方、深雪での滑降、
フィールド技術／地図読み、ルートファインディング、
コンパス切り、など。

判定基準：1. 新、深雪で安全に確実に、滑れて、止まれる。

2. 新、深雪での登行ができる。

3. フィールド技術が習得されている。

4. 素早い行動ができる。(パーティーを遅らせない行動、体力)

5. フィールドの状況にかかわらず1～4が実践できる。

コース：コースは以下に限定する。

- ・手稲山ネオパラダイスコース
- ・迷沢山送電線コース(新送、旧送、新一旧)
- ・奥手稲山馬の背コース(牛山コルまで)
- ・百松沢山ジルベルザッテルコース
- ・春香山桂岡コース、和宇尻山(銀嶺荘—和宇尻、春香—和宇尻)
- ・春香—オーズコース(初ⅡAは連れて行かない)
- ・小喜茂別岳

補足：Ⅱ段階未経験者は初回サブで参加する。

・過年度の経験も含めて3回目から判定する。

・Ⅱ段階前に必ず搬出訓練と救命講習と雪崩対策勉強会を行う。

・代用できない装備を忘れたら入山できない。

・基本的に春香山桂岡コース、和宇尻山、春香—オーズコースはⅡAフィールドとする。

・新しくⅡ段階に加えたいコースについては山スキープロジェクトで安全面を研究し、運営会で検討する。

＜Ⅲ段階＞ 様々なフィールドで山スキーを楽しむ。

新フィールドに関しては、予め山スキープロジェクトで安全面を研究し運営会で検討する。

コース：ⅢS 白井 塩谷丸山 百松沢山 チセヌプリ

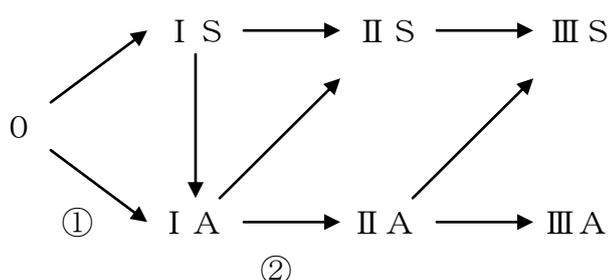
ⅢA 無意根山 札幌岳 奥手稲山

(奥手—オーズ、馬の背)

その他の補足：

- ・リーダーがパーティー全員の判定を出す。その際、他のメンバーの意見を参考にしてもよい。
- ・Ⅱ段階以上では、上級生＞下級生を守る。（歩く会の上下比は守る）
上級生の定義（昨シーズンまでに下の条件を満たしていること）
 - Ⅰ段階…Ⅰ段階合格
 - Ⅱ段階…Ⅱ段階合格
 - Ⅲ段階…Ⅲ段階は山プロで個別にパーティ構成を考える
- * 上記以外にも今シーズン中にⅡ段階を合格した山スキー2年目以上は上級生になる。
- ・計画に行くメンバーは基本的に審議会（審議・報告とも）に出席すること。
- ・リーダーの判断により路上滑走は可能。但し、その際は必ず事前に審議会でその旨を伝える。
- ・山スキープロジェクトの判断により、差し戻しもありうる。
- ・シーズン途中で用具を替える場合は、テスト使用（Ⅰ段階が望ましい）してからフィールドで使用すること。スキー技術に影響する用具（山プロで検討）は審議会で申告すること。
- ・山プロでの情報交換のため個人記録を活用する。
- ・シーズン途中に必要な応じて勉強会を行う。

<段階の進み方>



- ① 山スキー1年目はⅠS合格後にⅠA。
- ② Ⅱ段階未経験者は初回サブで参加。

* 各段階のA合格はS合格を兼ねる

<リーダー、スタッフの条件>

	C L	S L
I S	I S 合格 + II S 合格	I S 合格
I A	I A 合格 + II A 合格	I A 合格
II S	II S 合格 + III に行っている	II S 合格
II A	II A 合格 + III A に行っている	II A 合格

* III段階については山スキープロジェクトで検討する。

* 山スキー1年目はスタッフの対象外とする。

* 2回前の例会までに上の条件を満たしてから計画を出すこと。

<運営について>

- ・山スキープロジェクトチームは随時集まり、山スキーの活動方針に沿って計画性のある山スキー活動をする。
- ・山スキー2年目以上は基本的に山スキープロジェクトに出席すること。
- ・例会に計画を出す以前に山プロでパーティー構成のバランス（上級生と下級生）を考える。
- ・特殊な計画（幕営など）は予め山プロで検討する。

変更点

< I 段階 >

- 補足 ・「初回から判定する（I 段階未経験者は2回目から）」を「過年度の経験も含めて2回目から判定する」と表現を変更。

< II 段階 >

- 指導内容 ・「搬出訓練」を削除。
- コース ・「奥手稲山馬の背コース(C668まで)」を「奥手稲山馬の背コース(牛山コルまで)」に変更。
- 補足 ・「初回から判定する(過去の経験を含め3回目から判定する)」を「過年度の経験も含めて3回目から判定する」と表現を変更。

< その他の補足 >

- ・「II 段階以上では、上級生 \geq 下級生を守る。（歩く会の上下比は守る）」を「II 段階以上では、上級生 $>$ 下級生を守る。（歩く会の上下比は守る）」に変更。
- ・「リーダーの判断により、差し戻しもありうる。」を「山スキープロジェクトの判断により、差し戻しもありうる。」に変更。
- ・「シーズン途中で勉強会(搬出訓練、救急救命法など)を行う。」を「シーズン途中に必要に応じて勉強会を行う。」に変更。