

2009年6月6日

課題改善について、基本的考え方

テスト部長 藤森美恵子

## 1. はじめに

ISUルールが2004年以降大幅に改訂され、競技会では全てのエレメンツの質と難易度により演技の評価が行われ順位が決定されるようになり、スケーティング、ステップなどを細かくジャッジされるようになった。日本のバジテストにおいても、早い時期(下の級)からフィギュアスケートの基礎として、スケーティング、エッジワークなどの基礎技術の習得を目的として、昨年7月にステップテストの導入を行い、それとともに必須エレメンツも改訂された。(以下、現行テスト、現行テスト課題と称する。)

しかし今回、運用面、練習環境、技術的な部分から一部、課題改善(改定)を行わなければならなくなつた。

## 2. 基本的考え方

(1)基本的考え方は現行テストに準拠するが、一部の課題において次の考えに沿って改定した。

### ①テスト運用の問題(時間的・リンクの使用法等)

テスト運用の問題としては、決められた時間内に本ステップ・テストを行うことが困難な場合もあり、抽選方式でどちらかが当たるようにした。

基本的に、アウト／インの抽選を行い、一つの級でステップは、4課題程度とした。

### ②練習環境の問題

初級は、一般営業やスケート教室で練習することも考慮。また1級以上のステップテストも一般営業で練習することも考えられるので、その点を考慮した。

### ③技術的な見解(選手育成の観点)

バジテストは一部の特定の選手のレベルを上げる目的ではなく、日本スケート連盟(以下、日ス連)にフィギュア登録している選手の全体的な底上げを目的としている。このため、必要最小限の課題を残し、後は指導者の力量にゆだねる方が選手の個性を生かせれると考え、このことを考慮して、課題の改定を行った。

(2)従来通り初級から8級までとする。

(3)初級から2級までをエントリー級としスケートの普及を目的とし、日ス連登録を必要とする3級以上を選手のための級とした。

## 3. 各級について

### ○初級

基本的には従来と変更ないが、フォア・ストローク・プログレッシブ・スパイラルとストップ(静止)のステップにおいて、スパイラル・ポジションを必須としなくした。これは、初級の練習は一般営業時又

はスケート教室ですることがあり、スパイラル・ポジションの練習が危険を伴う恐れがあるということで削除した。

## ○1級

(1)必須要素

(2)セット・パターン・ステップ

変更なし。

## ○2級

(1)必須要素

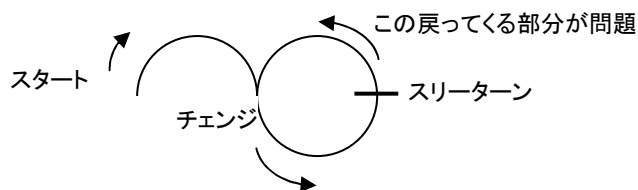
①キャメルまたはシット・スピン

2級ではシット・スピンとし、3級でキャメル・スピンを課題とした。(いずれも従来通り5回以上)

(2)セットパターン・ステップ

①サーペンタインからのスリーターン・ステップの削除

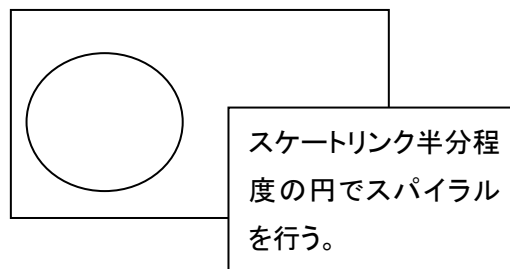
他の課題が一方のみに滑っていくのに対して、この課題は、チェンジ、スリーターンをした後、チェンジの位置まで戻ってくるため、何人かで練習していると他の選手と接触する恐れがあり、危険である。また、チェンジ、スリーターンについては、それぞれ1級、2級の課題にあるため、本課題は削除した。



②スパイラルの新設

初級の課題の中でスパイラルのポジションを必須から省いた。このため、スパイラルが課題からなくなったため、ここでスパイラルの課題を入れることとする。2級受験レベルになると、初級受験者とは異なり、貸切練習することを前提としており、スパイラルを課題としても問題ないと判断した。

スパイラルの円の大きさについて



※円の大きさ(リンク半分)は、選手の身長にもよるため目安とする。

## ○3級

### (1)必須要素

#### ①ジャンプ・シークエンスを削除。

ジャンプ・シークエンスの定義が難しく、容易にできるものとして受験者はダブルジャンプの後にホップしてアクセルを入れるだけというケースが多い。(試合においても同じである。)したがって、これであると、余りテストに入れる価値がないと判断し、課題から削除した。

#### ②フライング・スピンの新設

フライング・スピンは、テストとして5級まで行うことがないため、ここでフライング・スピンの基礎を習得してもらう。スピンの種類は問わず、まずはジャンプしてスピンのできればOKとし、今後のために講評でコメントを言ってあげる。

### (2)セットパターン・ステップ

#### ①バックのダブルスリー・ステップを削除

バックのダブルスリーは、ターンとターンの間がフォアになるため、ワブルになりやすく、第二ターンもフォアのターンとなるため、フォアのダブルスリーができた選手にとっては、比較的簡単にできると思われることから、削除した。

#### ②トゥ・ステップを4級へ移した。

### (3)フリー

#### ①ダブルは1種類とし、必須要素のスピンの中から2つ以上選択すること。

#### ②男子3分、女子2分30秒から2分に戻す。

要求する事項は2分でも十分滑走でき、合否の判定も可能であること。また、ノービスBが4級以上となったため、3級フリーはノービスB課題とは別とした。

## ○4級

### (1)必須要素

変更なし。

### (2)セットパターン・ステップ

#### ①ツイズル・チェンジ・ステップの削除

4級受験する選手にとっては難しすぎると判断し、ここでは確実にツイズルをマスターしてもらうこととした。

#### ②ブラケット・ターンのステップの削除

ブラケットとスリーの組み合わせターンで、どちらかといえば応用編にあたり、4級の課題からはずした。代わりに5級のテクニカル・ステップに導入した。

#### ③トゥ・ステップを3級から4級へ移した。

#### ④カウンター・ステップを5級へ。

## ○5級

### (1)必須要素

#### ①フリップとルッツの双方を課題とした。

現行はどちらか得意の方だけであったが、試合において踏み切りのエラーを細かくチェックされるようになったため、ここで双方を練習してもらおう。ガイドラインとしては、「アテンション(!)」はコメント付き合格とするが、エラー(e)レベルでは、NGとする。(どちらかはステップからのジャンプとする。)

※どちらのジャンプにステップを付けるかは、事前申請すること。

### (2)セットパターン・ステップ

#### ①ループ・ステップの削除

コンパルソリー的な図形のループをステップ・テストから削除した。これに代わって、実際にステップとしてループを導入していくために、テクニカル・ステップの中でループを取り入れた。

#### ②テクニカル・ステップの新設

初級から5級までのステップ・テストの総括として、テクニカル・ステップを新設した。このステップは、スリーターン、ブラケット、カウンター、ロッカーにループ、ツイズルと一部のステップスを組み合わせて作成した。フラットで滑走することなく、基本的には明確なアウト／インエッジを片足で滑走することを要求する。

#### ③カウンター・ステップを4級から5級へ

## ○6級

### (1)必須要素

#### ①任意のステップ・シークエンスの削除

選手は自分のショートまたはフリーのステップをそのまま滑走することが多く、要求されていることを実施していなくても、諸注意のみで合格となる場合が多いため、テスト時間短縮という運用面も考慮し、必須エレメンツからは省いた。コメントは、ショート・プログラム及びフリー・スケートで行うステップで行うこととする。

### (2)ショート・プログラム

変更なし。

### (3)フリー

男女とも、最低必要なジャンプを規定した。

## ○7級

### (1)必須要素

- ①任意のステップ・シークエンスの削除  
6級と同様の理由。
- ②ショート・プログラム  
変更なし。
- ③フリー変更なし。

## ○8級

受験資格(全日本6位入賞以内)を削除した。

誰でも受験は可能であるが、コンポーネントを含めた難易度は、従来とは変更なし。

### (1)必須要素

- ①任意のステップ・シークエンスの削除  
6級と同様の理由。
- ②ショート・プログラム  
変更なし。
- ③フリー変更なし。

## 4. 今後の検討課題

今回のテクニカル・ステップは初級～5級までのステップ・テストの総括として捉えた。すなわち正確なエッジワーク、カーブ、ワブルのないしっかりとしたスケーティング等の基礎技術のエキササイズのためのステップである。それゆえ音楽との関係は考慮していない。

しかし、今後の課題として選手個人の強化にも繋げるという観点で、

- ①音楽との融合(タイミング、曲想など)を考慮に入れたステップ。
- ②ステップによる加速を習得するためのステップ。(ステップスを中心としたもの)

等の重要性も指摘されている。

しかし、テストは時間的に制約もあるため、最小限これだけはやらしてもらおうというミニマムの設定で考えることも必要である。

従って、どこまでがミニマムな部分なのか、選手個人の対応として、強化に任せる部分なのかの線引きが大切であると考え。今回は、拙速を避け、曲付けやステップス中心のステップは導入していないが、その点については、今後も様々な意見を聞き検討していく。