

# テレマークスキーのターン発生に関する運動学的研究

氷室 南斗 (信州大学大学院教育学研究科)

## 1. 目的

テレマークスキーの研究例は非常に少なく、特に指導に関する研究は行われていない。指導事例とともに、初心者のターンの発生において普遍一般的な技術とは何かを明かすことが求められる。

本研究の目的は、実際の指導を通してテレマークターンの発生に不可欠な動感（キネステーゼ）を提示することで、テレマークスキーの指導方法論に寄与しようとするものである。

## 2. 研究の立場と展開

本研究では、指導対象者の内実により、その動感志向性を探るために発生論的運動学の理論に関わる諸概念に立脚して、分析および記述を行う。

指導実践に先立ち、テレマークターンの動感構造について局面ごとに検討する。次に指導実践として動感促発指導を行い、指導対象者の動感志向性の内実について超越論的な観点から純粹記述を試みる。その結果から、テレマークターンに不可欠なキネステーゼの考察を行う。

## 3. 動感構造の検討

マイネルの局面構造論を参考に、テレマークターンにおける動感構造を検討したところ、局面を4つに分類することができた。

〈準備期〉安定姿勢制御のための、屈曲脚足底前部への加重

〈始動期〉屈曲脚小趾球部付近でのスキーのアウトエッジのずらし

〈舵取期〉リーニングのコントロール、および全身の捻り

〈切替期〉前後の脚の入れ替えに伴う抜重と加重およびクロスオーバー

これらの運動が統覚され、フォールラインを越えて滑走方向が変わる運動を1ターンとする。

## 4. 指導実践

指導実践は指導対象者1名に対し、H31年2月26、27日の2日間に渡って行われた。なお、対象

者は運動の自得が困難であり、テレマークターンの講習を受けたことがあるものの、習得に至らなかった者が作為的に選定された。

指導の様子は発生論的運動学の概念に基づき、純粹記述による記述分析が行われた。指導対象者の動感志向性、また、それに対する動感促発指導の記述の流れを大まかに示すと、①「屈曲脚への加重」、②「内脚の外旋とアウトエッジのずらし」、③「テレマーク姿勢での山回り」、④「過ターンの動感修正」、⑤「力動的な切り替えの現れとリズムを介したターン発生」といった推移であった。

## 5. 考察

一連の検討・記述から、初心者のテレマークターンの発生に不可欠な動感として以下の4点に関わっていると考察した。なお、これらは必ずしも指導の順序を示すものではない。

### ①屈曲脚足底前部への加重

ヒールフリーでスキーを滑らせる感覚に、屈曲脚足底前部への加重の感覚が伴ってくると、ポジショニングが安定して行われていた。安定姿勢制御に不可欠な動感であると考えられる。

### ②屈曲脚の外旋・エッジング

進行方向ではなく、谷側に向かって小趾球部を押しずらすように滑らせる感じが谷回りの発生を促した。回転の発生に不可欠な動感であると考えられる。

### ③アンギュレーションと先取り

舵取期終盤で外向姿勢を意識させたところ、オーバーローテーションが修正され、切替期にスムーズに移行できる姿勢が作られた。その後の「運動の先取り」による切り替えの発生において不可欠な動感であると考えられる。

### ④ターンを統覚する力動性

本研究では、ターンの発生は力動性を伴ったリズムが媒介となって機能した。何らかの力動性はターンをまとめた運動として統覚するのに不可欠な動感であると考えられる。

以上の示唆から、今後はさらなる一般化、系統的な指導法の構築が望まれる。