



## フィギュアスケート競技の見どころ

フィギュアスケートは、北欧において獣骨を用いたりして氷上を滑ったことから発達したものです。本格的にフィギュアスケートとして発達したのは18世紀頃からで、その名の由来は、線によって示された図形（フィギュア：figure）を氷の上に描写することからきています。

フィギュアスケートは個人競技であるシングルスケートや、男女2名が組で行うペアスケート、アイスダンスなどがありますが、全国中学校スケート大会では、シングルスケートのみ行われます。また、ショートプログラムを全選手が行い、上位18名までの選手がフリースケートを行います。最終的な順位は、ショートプログラムとフリースケートの得点の合計により決まります。

### ショートプログラム

ジャンプ・スピン・ジャンプコンビネーション・フライングスピン・ステップシークエンス等、決められた7つの要素を盛り込んで演技します。滑走時間は男女とも2分40秒プラス/マイナス10秒です。

### フリースケート

自由な演技が許されますが、宙返りなどアクロバット的なものは違反となります。一定の時間に自分の選んだ音楽にマッチさせて、勇壮なジャンプやコマのように回転するスピン、軽快なステップ等を組んだプログラムによって演技します。滑走時間は女子が3分30秒プラス/マイナス10秒、男子が4分プラス/マイナス10秒です。

全国中学校スケート大会歴代の優勝者には、オリンピックなど世界の舞台で活躍する選手たちが名を連ねており、近年の大会では世界ジュニア選手権の優勝者も出場するなど、男女とも非常にレベルの高い競技が行われます。