

テスト

JSONファイルに記述されているストレートジャンプの手順について、以下のように詳細化や改善が可能な点を挙げます：

1. スタート地点に立つ：
 - より詳細に：適切な速度を得るためのスタート位置や、体の向きについて説明を加えられます。
 - 改善点：なぜやや右側に立つのか、その理由を説明すると良いでしょう。
2. リップに向かってアプローチする：
 - より詳細に：アプローチ時の適切な速度や、体の姿勢について記述できます。
 - 改善点：ヒールとトゥの選択がありますが、それぞれのメリット・デメリットや使い分けについて説明があると良いでしょう。
3. リップを抜ける：
 - より詳細に：リップを抜ける瞬間の体の動きや、板の角度について詳しく説明できます。
 - 改善点：「板をまっすぐにする」と「オーリーをかける」の二択になっていますが、これらは必ずしも排他的ではありません。組み合わせる可能性についても言及すべきかもしれません。
4. 空中で姿勢を維持する：
 - より詳細に：空中での理想的な姿勢、バランスの取り方、腕の位置などについて説明を加えられます。
 - 改善点：高さや滞空時間によって姿勢維持の方法が変わる可能性があるため、それについての言及があると良いでしょう。
5. 着地する：
 - より詳細に：着地の準備姿勢、衝撃の吸収方法、着地後の滑走について説明を加えられます。
 - 改善点：着地の失敗を防ぐためのポイントや、安全な着地のためのテクニックについても言及すべきです。

全体的な改善点：

1. 安全面の考慮：各ステップにおける注意点や、防具の着用などについての言及が不足しています。
2. 難易度の段階：初心者向けの簡単なバージョンから、上級者向けの高度なテクニックまで、難易度に応じた説明があると良いでしょう。
3. 共通の誤り：各ステップで初心者がよく陥る間違いや、それを避けるためのアドバイスがあると有用です。
4. 練習方法：各ステップを個別に練習する方法や、段階的な上達方法についての説明があると良いでしょう。
5. 環境要因の考慮：雪質や天候、ジャンプ台の状態などによる調整点について言及があると、より実践的な指導になります。

これらの点を考慮し、詳細を追加することで、より包括的で実用的なストレートジャンプの指導ガイドになるでしょう。

図 1 テスト図