

ПРЕДМЕТ: Испитна питања из предмета теорије и методике скијања

- 1. Скијашка опрема – избор скија ?**
- 2. Чишћење наслага снега са ципела и уласак у скије?**
3. Опасности у планини- лавине

1. Скијашки штапови?
2. Почетни облик скијања – устајање после падања?
3. Знаци на стази ?

1. Кацига
2. Почетни облик скијања- пењање уз падину?
3. Знаци опасности на стази?

1. Брзо вијугање ?
2. Периодизација спортског тренинга-припремни период ?
3. Зимске олимпијске игре- Скво Вели 1960 ?

1. Скијање са повећаним покретима у страну ?
2. Периодизација спортског тренинга – такмичарски период ?
3. Зимске олимпијске игре – Инзбрук 1964 ?

1. Вијугање у ширем ходнику?
2. Периодизација спортског тренинга ?
3. Зимске олимпијске игре – Котртина Д ампрецо 1956 ?

1. Поставке полигона у процесу учења клинастог заокрета ?
2. Заокрет с променљивим оптерећењем скија ?
3. Зимске олимпијске игре – Шамони 1924 ?

1. Основни заокрет ?
2. Заокрет с равномерним оптерећењем скија ?
3. Зимске олимпијске игре – Сент Морис 1928 ?

1. Клинасто вијугање ?
2. Карактеристике постављања стазе – велеслалом ?
3. Зимске олимпијске игре – Сент Морис 1948 ?

