



ПРЕДМЕТ : Испитна питања из предмета теорије и методике скијања

- 1. Преступна техника ?**
- 2. Метода демонстрације ?**
- 3. Моторичке способности – издржљивост ?**

- 1. Најосновнији облик заокретања ?**
- 2. Фронтални облик рада ?**
- 3. Типичне позиције за усавшавање технике у алпско скијању ?**

- 1. Кретање скијаша право низ падину ?**
- 2. Методе практичног вежбања – Комплексна метода ?**
- 3. Техничка припрема алпских скијаша ?**

- 1. Силе које делују на скијаша на падини и основна динамичка равнотежа ?**
- 2. Методе практичног вежбања – Аналитичка метода ?**
- 3. Моторичке способности – равнотежа ?**

- 1. Техника са супротним засуко тела (гегеншулктер техника)**
- 2. принцип очигледности ?**
- 3. Моторичке способности – координација ?**

- 1. Авална техника ?**
- 2. принцип рационализације и економичности?**
- 3. Моторичке способности – брзина ?**

- 1. Цет техника ?**
- 2. Методе усменог излагања ?**
- 3. Моторичке способности – снага ?**

- 1. Скијање на паралелно поствљеним скијама ?**
- 2. Групни облик рада ?**
- 3. Поставке полигона за усавшавање технике велеслалома ?**

Novi Pazar, 18.06.2018.