# 黑龙江冰雪体育职业学院

# 滑雪专项技术考核标准

**一、滑雪成绩评定办法**

考试在中级雪道上进行，采用大小回转技术，采用单人出发的方式，按照现场抽签顺序进行。具体评分方法如下表。

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目分类 | 具体项目评分 | 第一次评分 | 第二次评分 | 成绩得分 | 备注 |
| 滑雪专项技术评分（100分） | 正确、稳定的滑行姿势和良好的流畅性（20分） |  |  |  | 每个考生滑行两次，每次分别先滑6个小回转接6个大回转。 |
| 控制雪板的转弯能力和连续性（20分） |  |  |  |
| 通过立刃来控制滑行的速度和方向（20分） |  |  |  |
| 合理运用引伸技术，加快转弯节奏、并流畅（20分） |  |  |  |
| 动作有节奏并协调（20分） |  |  |  |
| 总分合计 |  |

**二、注意事项**

1、考生需自带器材，若无器材可租赁雪场雪具大厅器材，要求必须佩戴头盔；

2、考试时每名考生有两次滑行机会，取最高分；
3、此项考试不含单板；

4、滑雪运动具有一定的危险性，考生应量力而行，确保安全。

5、在考场雪道上设立转弯标志物，为考生提供大、小回转转弯半径参考。