

Союз инструкторов SNOWPRO

Вопросы к экзамену
по первому классу
2008 год
26 апреля

15 секунд на запись вопроса, 120
на ответ.

Правило начала движения и
выезда на трассу.

Перечислите основные
кристаллические формы снега.

Первая помощь при переломе конечности.

Методические правила правильной речи инструктора.

Перечислите личное лавинное
снаряжение райдера.

- СНОУБОРД: Основные ошибки при выполнении упражнения "J-поворот"
- ГОРНЫЕ ЛЫЖИ: Составные части системного подхода в обучении первого класса.
Опишите вкратце составные части.

- СНОУБОРД: Назначение упражнения «Гирлянда косых соскальзываний»
- ГОРНЫЕ ЛЫЖИ: Опишите основную стойку горнолыжника.

Назовите три основных канала
восприятия.

Сложение сил и разложение
сил по компонентам
(применительно к силам,
действующим на лыжника —
сноубордиста).

Упражнения на развитие
взрывной силы ног.

Перечислите признаки
перелома позвоночника.

Типы и характеристики подъёмников.

Активная и пассивная акклиматизация.

Как выглядит mute grab у
горнолыжников и
сноубордистов?

Над какими вопросами
работает комиссия
«Инструкторская школа
России»? (правовые и
экономические аспекты)

Что делать при слабой
мотивации ученика?

Перечислите зоны
кислородной недостаточности
с указанием диапазона высот.

Какие фильтры масок
предпочтительней в туманную
и солнечную погоду?

Назовите несколько райдеров
специализации фристайл-
нюскул

С чьим именем связано
продвижение горных лыж в
России. Первые соревнования
в Москве.

Когда и как указывать ученику
на ошибки.

Назовите старейшие компании
- производители сноубордов.

- **ГОРНЫЕ ЛЫЖИ:** В чём особенность женских моделей горных лыж?
- СНОУБОРД:** Достоинства и недостатки креплений FLOW

- **ГОРНЫЕ ЛЫЖИ:**

Описание упражнения для инструктора и ученика. Разница в формировании ориентировочной основы действия.

- **СНОУБОРД:**

В чем отличия методики Snowpro от других существующих методик?

Правила пересечения лавиноопасного склона.

Особенности центра тяжести
человека, находящегося в
движении.

Перечислите признаки
высотной болезни.

Что такое мульда. Почему в
мульде зимой температура
выше, чем в окружающей
среде?

Перечислите основные плюсы
горнолыжного тренажера
SkytecInteractive.

- **ГОРНЫЕ ЛЫЖИ:**

Отличие поворота из упора от поворота плугом.

- **СНОУБОРД:** Описание упражнения «Сопряженные повороты среднего радиуса»