

Kriterij smučarske tehnike

Kriteriji in ostale določbe za ocenjevanje tehnike tekmovalcev kategorij U12, U14 in U16 (NPTS 2025-2035)

Pri iskanju ustreznih ocenjevalnih kriterijev smo se osredotočili na karakteristike in terminologijo, ki jih tudi sicer uporabljamo v komunikaciji s tekmovalci pri vsakodnevnih treningih tekmovalne smučarske tehnike.

V izogib netočnim ali napačnim interpretacijam, smo pri določenih kriterijih (v kolikor se bo pokazalo kot potrebno) pripravljene dodati še bolj natančne opise. Kljub temu želimo, da kriteriji ostanejo preprosti, razumljivi in smiselni, saj je glavno merilo kvalitetno tekmovalno smučanje in ne lepota izvedb smučarskih elementov.

Organizacija in izpeljava ocenjevanja:

- Dan pred ocenjevanjem se izvede žreb štartnih števil.
- Tekmovalce se ocenjuje na dveh poligonih, najprej v »lijaku«, nato še v »vertikali« (»vertikala« samo za U14 in U16).
- Državna izpitna komisija (DIK) stoji ob progi in je zadolžena za štartni interval.
- Tekmovalci imajo po en poskus na vsakem izmed poligonov.
- Po končanem preizkusu, DIK obdela ocene, postavi range in jih razglasi še isti dan (cca. dve uri po nastopu).

Kriteriji za ocenjevanje:

- 1. Osnovni položaj smučarja (skozi faze zavoja)**
 - 2. Dinamika in koordinacija**
 - 3. Izpeljava / vodenje zavojev**
 - 4. Koordinirana uporaba in vbod palice**
-

Osnovni položaj smučarja (skozi faze zavoja)

- Ustrezna uravnoteženost »naprej-nazaj«
- Težišče nad stopali (gledano v bočni ravnini)
- Ustrezni položaj glave, rok in trupa

Dinamika in koordinacija

- Zvezno gibanje navzdol
- Razbremenitev oziroma odziv v smeri novega zavoja
- Gibanje skozi verižno reakcijo gležnjev, kolen in bokov

Izpeljava / vodenje zavojev

- Optimalno izveden zavoj glede na postavitev, naklonino in podlago
- Zaključek zavoja izpeljan zarezno (osnova za odziv)
- Časovna usklajenost (timing) akcij v celoti:
 - Predvsem pravočasen začetek zavoja
 - V postavitvah prehod vpadnice nad vrati
- Ustrezna kontrola hitrosti (še posebej v poligonih)

Koordinirana uporaba in vbod palice

- Natančnost vboda palice
- Koordiniran vbod palice
- Ta kriterij se ne ocenjuje v okviru VSL tekme

Ostale določbe

- Tehnični preizkus v poligonu LIJAK se izvaja na VSL smučeh
- Tehnični preizkus v poligonu VERTIKALA se izvaja na SL smučeh
- Vsi ocenjevalci (4) ocenjujejo enak izbrani odsek smučarske proge
- Tekmovanje je izpeljano brez možnosti pritožb
- Ocenjuje se s preskokom 0,5. Ocena vsake ocenjewane kategorije je matematično povprečje ocen ocenjevalcev