

单板滑雪大众技术等级考试实施细则

国家体育总局冬季运动管理中心

2019年6月

目录

前言	3
一、考试内容.....	4
二、组织流程.....	4
(一) 考试系统.....	4
(二) 考生和考官.....	5
(三) 组织单位.....	5
(四) 考试场地.....	5
(五) 监督管理.....	6
三、考试流程.....	6
(一) 申报.....	6
(二) 考试.....	6
(三) 成绩和证书.....	7
四、考试评分.....	7
(一) 1级(初级滑雪者级别)	7
(二) 2级(初级滑雪者级别)	8
(三) 3级(初级滑雪者级别)	8
(四) 4级(初级滑雪者级别)	9
(五) 5级(中级滑雪者级别)	9
(六) 6级(中级滑雪者级别)	10
(七) 7级(中级滑雪者级别)	10
(八) 8级(高级滑雪者级别)	11
(九) 9级(高级滑雪者级别)	11

前言

为引导大众滑雪运动科学、健康、有序的开展，国家体育总局冬季运动管理中心组织业内专家制定了《单板滑雪大众技术等级标准》（以下简称《标准》）和《单板滑雪大众技术等级考试实施细则》（以下简称《细则》）。

《标准》共分9级；其中1-4级为初级滑雪者级别，以建立基础滑行能力为目标；5-7级为中级滑雪者级别，进一步提高滑行控制能力和滑行安全要求；8-9级为高级滑雪者级别，引入了多元化的技术内容，旨在引导大众滑雪爱好者全面发展。

大众滑雪仍处于发展阶段，应鼓励大众积极参与，培养安全意识、构建滑雪文化。《细则》结合中国现状，本着系统、全面、易于操作的原则，对考试组织流程、场地安排等事项做了合理、细致的要求，以保证滑雪者在安全滑雪的前提下，实现滑雪技术进阶。

一、考试内容

单板滑雪大众技术等级共分 9 级；其中 1-4 级为初级滑雪者级别，以建立基础滑行能力为目标；5-7 级为中级滑雪者级别，进一步提高滑行控制能力和滑行安全要求；8-9 级为高级滑雪者级别，引入了多元化的技术内容，旨在引导大众滑雪爱好者全面发展。考试内容见表 1-1。

表 1-1 单板滑雪大众技术等级考试内容

	1 级	2 级	3 级	4 级	5 级	6 级	7 级	8 级	9 级
安全常识	滑雪者行为规则，雪道难度等级标识、提示类标识、禁止类标识和危险类标识。								
平地 和缓 坡技 术	单脚 平地滑行								
	安全摔倒 与站起								
初级 雪道 技术		前/后刃 J 形转弯	前/后刃 Z 字滑降	基础 S 弯	板头平衡				
		前/后刃 横滑降	阶梯式 斜滑降	双脚起跳	板尾平衡				
中级 雪道 技术					正反脚 基础 S 弯	板头起跳	跳转（内/ 外）180°		
					上下体分 离式急停	板尾起跳	铅笔弯刻滑		
公园 技术						直线飞跃	空中抓板	箱式道具 横毗	跳转（内/ 外）360°
高级 雪道 技术								小半径和 大半径刻滑	正反脚 综合刻滑

注：标红内容为该级别考试的核心技术。

二、组织流程

（一）考试系统

中国滑雪协会开发“滑雪大众技术等级考试系统”（以下简称“考试系统”）并负责业务培训和系统维护；该系统具有申请、注册、申报、考评、发证、信息发布等功能。

（二）考生和考官

考生在“考试系统”注册（需年满6周岁）后，根据考试安排和自身情况申报相应的等级。

具有滑雪指导员、培训师、考评员或单板滑雪一级以上裁判资质者，由中国滑雪协会培训、认证后，获得“单板滑雪大众技术等级考官”资质，并由中国滑雪协会统一上传资料到“考试系统”考官库。

（三）组织单位

1-4级考试由各地滑雪场、俱乐部等相关单位自行组织；5-7级考试由组织单位向地方体育主管部门申报，并由主管部门管理和指导实施；8-9级考试由中国滑雪协会组织实施。

考试组织单位需具备以下条件：

- (1)独立法人资质的单位。
- (2)长期固定的办公场所。
- (3)健全的行政管理、考试管理、考生管理等规章制度。
- (4)符合所申请等级考试的场地、设施。
- (5)至少1名通过“考试系统”培训和认证的专职管理人员。
- (6)至少两台预装“考试系统”终端设备。
- (7)健全的财务制度和经费保障。

组织单位于考试前通过“考试系统”提交申请，并填报考试时间、地点、级别、规模和考官等信息；通过审核后，组织单位协调安排考官、考生、场地等事项，并负责发布考试相关信息；考试结束后，需按流程填报数据并公布成绩。

（四）考试场地

1. 基本条件

考试场地需符合最新的《中国滑雪场所管理规范》，并满足相应级别考试的具体要求。由中国滑雪协会或地方体育主管部门认定，满足初级考试条件的滑雪辅助训练场地，可作为1-4级考试的替代场地。

2. 场地类型

平地：雪面平整宽敞没有坡度，考生能自如展示平地技术。

缓坡：雪面平整宽敞，平均坡度不超过 5° ，有足够的停止距离，在滑雪道和向上运送滑雪者的魔毯之间要有安全网隔离，并配备必要的安全设施。

初级雪道：雪面平整宽敞，平均坡度不超过 10° ，在滑雪道和向上运送滑雪者的魔毯之间要有安全网隔离，并配备必要的安全设施，滑行雪道宽度不少于 35 米，长度 200 米。

中级雪道：平均坡度在 10° - 18° 之间，最大坡度不超过 22° 。场地配备必要的安全设施，滑行雪道宽度不少于 35 米，长度 200 米。

高级雪道：平均坡度超过 18° ，最大坡度超过 22° 。场地配备必要的安全设施，滑行雪道宽度不少于 40 米，长度 200 米。

公园场地：场地有完整的助滑道、起跳区、着陆区和终点区四部分，助滑区坡度在 10° - 18° 之间，长度不少于 50 米，宽度不少于 8 米，起跳区的过渡平台长 10 米。

（五）监督管理

各地体育主管部门负责对 1-7 级考试的人员、场地、设施、安全等方面进行监督和管理；中国滑雪协会负责对 8-9 级考试的人员、场地、设施、安全等方面进行监督和管理；对不符合考试规定或违反考试纪律的行为坚决制止，对组织单位限期整改，整改不合格者予以取缔。

三、考试流程

（一）申报

考生可任意申报 1-4 级考试，通过 4 级考试后，可向上逐级申报。

（二）考试

考试组织单位召集考官和相关工作人员提前到达考试地点，共同勘察场地、召开考务会并确定主考官。

主考官根据考生人数和场地情况选择雪道并安排考试流程，考试中考试包括“安全常识”和“滑行技术”两部分。

(1) “安全常识”考察考生在整个考试过程中的安全意识和安全能力。“安全常识”成绩评定标准：

A：熟知安全常识，合理利用场地、设备和器材，有效保障滑行安全。

B：全面掌握安全常识，能熟练使用场地、设备和器材。

C: 掌握基本安全常识, 能正确使用场地、设备和器材。

D: 安全意识不足或在考试中有明显不安全行为。

(2) “滑行技术” 是对考生个人技术的考察, 它包括若干个单项考试内容, 考核要点: 身体姿态与平衡、雪板控制能力、滑行技术准确性、滑行节奏和整体表现。

“滑行技术” 成绩评定标准:

A: 准确完成考试内容, 具备示范能力, 动作娴熟。

B: 准确完成考试内容, 技术规范。

C: 能完成考试内容, 技术正确。

D: 技术不正确或不能完成考试内容。

(3) 每名考生有一次机会完成考试内容。

(4) 每名考官通过“考试系统”独立评分, “安全常识”和“滑行技术”单项成绩均达到“C”或以上为合格; 2-9 级考试, 两名考官都认定合格才能通过考试。

(三) 成绩和证书

考官确认成绩后, 由考试组织单位通过系统进行提交; 考生可在系统查询成绩并下载电子证书。考生或考官对成绩有疑义的, 可在成绩发布 30 分钟内向组织单位申述, 申述不能解决的由上级主管部门裁定。

四、考试评分

(一) 1 级 (初级滑雪者级别)

考官根据考生人数和场地情况选择雪道并安排考试流程。考试在平地 and 缓坡进行, 1 名考官独立评分。评分表见表 3-1。

表 3-1 单板滑雪大众技术等级考试评分表

级别: 1 级 时间: _____ 年 _____ 月 _____ 日

考生姓名	安全常识	单脚平地滑行	安全摔倒与站起	是否合格

考官：_____

(二) 2 级（初级滑雪者级别）

主考官根据考生人数和场地情况选择雪道并安排考试流程。考试在初级雪道进行，由 2 名考官独立评分。评分表见表 3-2。

表 3-2 单板滑雪大众技术等级考试评分表

级别：2 级

时间：_____年____月____日

考生姓名	安全常识	前/后刃 J 形转弯	前/后刃横滑降	是否合格

考官：_____

(三) 3 级（初级滑雪者级别）

主考官根据考生人数和场地情况选择雪道并安排考试流程。考试在初级雪道进行，由 2 名考官独立评分。评分表见表 3-3。

表 3-3 单板滑雪大众技术等级考试评分表

级别：3 级

时间：_____年____月____日

考生姓名	安全常识	前/后刃 Z 字滑降	阶梯式斜滑降	是否合格

考官：_____

(四) 4 级 (初级滑雪者级别)

主考官根据考生人数和场地情况选择雪道并安排考试流程。考试在初级雪道进行，由 2 名考官独立评分。评分表见表 3-4。

表 3-4 单板滑雪大众技术等级考试评分表

级别：4 级 时间：_____年____月____日

考生姓名	安全常识	基础 S 弯	双脚起跳	是否合格

考官：_____

(五) 5 级 (中级滑雪者级别)

主考官根据考生人数和场地情况选择雪道并安排考试流程。考试在初级雪道和中级雪道进行，由 2 名考官独立评分。评分表见表 3-5。

表 3-5 单板滑雪大众技术等级考试评分表

级别：5 级 时间：_____年____月____日

考生姓名	安全常识	板头平衡	板尾平衡	正反脚 基础 S 弯	上下体分离 式急停	是否合格

考官：_____

(六) 6 级 (中级滑雪者级别)

主考官根据考生人数和场地情况选择雪道并安排考试流程。考试在中级雪道和公园场地进行，由 2 名考官独立评分。评分表见表 3-6。

表 3-6 单板滑雪大众技术等级考试评分表

级别：6 级

时间：_____年____月____日

考生姓名	安全常识	板头起跳	板尾起跳	直线飞跃	是否合格

考官：_____

(七) 7 级 (中级滑雪者级别)

主考官根据考生人数和场地情况选择雪道并安排考试流程。考试在中级雪道和公园场地进行，由 2 名考官独立评分。评分表见表 3-7。

表 3-7 单板滑雪大众技术等级考试评分表

级别：7 级

时间：_____年____月____日

考生姓名	安全常识	跳转 (内/外) 180°	铅笔弯刻滑	空中抓板	是否合格

考官：_____

(八) 8级 (高级滑雪者级别)

主考官根据考生人数和场地情况选择雪道并安排考试流程。考试在高级雪道和公园场地进行，由2名考官独立评分。评分表见表3-8。

考试在高级雪道和公园场地进行高级雪道和公园场地。

表 3-8 单板滑雪大众技术等级考试评分表

级别：8级 时间：____年____月____日

考生姓名	安全常识	箱式道具横毗	小半径和大半径刻滑	是否合格

考官：_____

(九) 9级 (高级滑雪者级别)

主考官根据考生人数和场地情况选择雪道并安排考试流程。考试在高级雪道和公园场地进行，由2名考官独立评分。评分表见表3-9。

表 3-9 单板滑雪大众技术等级考试评分表

级别：9级 时间：____年____月____日

考生姓名	安全常识	跳转(内/外)360°	正反脚综合刻滑	是否合格

考官：_____