

<<SAK 2025年度 指導実習 課題>>

対象者

- 1, 小学校 3~4年生 (9~10歳)
- 2, スキー用具を自分で着脱出来て、平地を歩く、滑らせる、登る、方向転換できる（リフト乗降できる）。

目標

- 1, スキーを履いた状態で斜面を、滑る、止まる、回れるようになる。

プルーケボーゲンへの指導の展開

1, 滑る

- ・直滑降
- ・プルーケファーレン

2, 止まる

- ・直滑降からブレーキで停止
- ・プルーケファーレンから停止
- ・直滑降から停止

3, 回る

- ・初歩的なプルーケボーゲン

* 養成講習カリキュラム Ⅲ実技実習
(日本スキー教程 P32~P47)