

# 华南理工大学 2020 年高水平运动队 专项测试内容、方法与标准

## 篮 球

### 一、身体素质部分

#### (一) 边线折返跑 (分值 15 分)

##### 1. 测试方法

测试者在篮球场一侧边线后准备,当听到发令员发出指令后,快速起跑冲向对侧边线,并踩过对侧边线后折返,当测试者躯干第 17 次冲过对侧边线后停表。本项目测试者须测试 3 次,组间歇 2 分钟。

##### 2. 测试要求

1) 起跑时不能踩边线,不得抢跑;在跑的过程中,测试者每次折返时都要“踩过球场的边线”,如图 1 所示。

2) 间歇期,测试者到起点处休息,在提示“还有 30 秒”时,到起点处自己的号位处准备,裁判员在“还有 5 秒钟”时开始倒计时发令。



图 1 脚踩过边线正、误示意图

##### 3. 成绩记录与评定

- 1) 本项目取测试者 3 次测试的平均成绩为最终成绩,评分标准见表 1-表 2。
- 2) 未达到规定要求或违反规定,本项测试成绩无效。
- 3) 身高以现场测量为准。

表1 边线折返跑测试评分标准(男子)

男子边线折返跑平均成绩(秒)			得分
身高≤1.90米	身高1.91-1.99米	身高≥2.00米	
59.0	61.0	63.0	15.0
59.1	61.1	63.1	14.8
59.2	61.2	63.2	14.6
59.3	61.3	63.3	14.4
59.4	61.4	63.4	14.2
59.5	61.5	63.5	14.0
59.6	61.6	63.6	13.8
59.7	61.7	63.7	13.6
59.8	61.8	63.8	13.4
59.9	61.9	63.9	13.2
60.0	62.0	64.0	13.0
60.1	62.1	64.1	12.8
60.2	62.2	64.2	12.6
60.3	62.3	64.3	12.4
60.4	62.4	64.4	12.2
60.5	62.5	64.5	12.0
60.6	62.6	64.6	11.8
60.7	62.7	64.7	11.6
60.8	62.8	64.8	11.4
60.9	62.9	64.9	11.2
61.0	63.0	65.0	11.0
61.1	63.1	65.1	10.8
61.2	63.2	65.2	10.6
61.3	63.3	65.3	10.4
61.4	63.4	65.4	10.2
61.5	63.5	65.5	10.0
61.6	63.6	65.6	9.8
61.7	63.7	65.7	9.6
61.8	63.8	65.8	9.4
61.9	63.9	65.9	9.2
62.0	64.0	66.0	9.0
62.1	64.1	66.1	8.8
62.2	64.2	66.2	8.6
62.3	64.3	66.3	8.4
62.4	64.4	66.4	8.2
62.5	64.5	66.5	8.0
62.6	64.6	66.6	7.8
62.7	64.7	66.7	7.6
62.8	64.8	66.8	7.4
62.9	64.9	66.9	7.2
63.0	65.0	67.0	7.0
63.1	65.1	67.1	6.8
63.2	65.2	67.2	6.6
63.3	65.3	67.3	6.4
63.4	65.4	67.4	6.2
63.5	65.5	67.5	6.0
63.6	65.6	67.6	5.8
63.7	65.7	67.7	5.6

63.8	65.8	67.8	5.4
63.9	65.9	67.9	5.2
64.0	66.0	68.0	5.0

表 2 边线折返跑测试评分标准(女子)

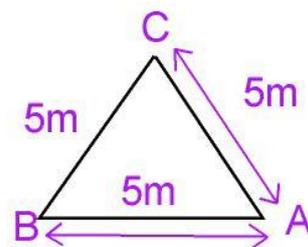
女子边线折返跑平均成绩(秒)			得分
身高≤1.80米	身高1.81-1.85米	身高≥1.86米	
65.0	67.0	69.0	15
65.1	67.1	69.1	14.8
65.2	67.2	69.2	14.6
65.3	67.3	69.3	14.4
65.4	67.4	69.4	14.2
65.5	67.5	69.5	14.0
65.6	67.6	69.6	13.8
65.7	67.7	69.7	13.6
65.8	67.8	69.8	13.4
65.9	67.9	69.9	13.2
66.0	68.0	70.0	13.0
66.1	68.1	70.1	12.8
66.2	68.2	70.2	12.6
66.3	68.3	70.3	12.4
66.4	68.4	70.4	12.2
66.5	68.5	70.5	12.0
66.6	68.6	70.6	11.8
66.7	68.7	70.7	11.6
66.8	68.8	70.8	11.4
66.9	68.9	70.9	11.2
67.0	69.0	71.0	11.0
67.1	69.1	71.1	10.8
67.2	69.2	71.2	10.6
67.3	69.3	71.3	10.4
67.4	69.4	71.4	10.2
67.5	69.5	71.5	10.0
67.6	69.6	71.6	9.8
67.7	69.7	71.7	9.6
67.8	69.8	71.8	9.4
67.9	69.9	71.9	9.2
68.0	70.0	72.0	9.0
68.1	70.1	72.1	8.8
68.2	70.2	72.2	8.6
68.3	70.3	72.3	8.4
68.4	70.4	72.4	8.2
68.5	70.5	72.5	8.0

68.6	70.6	72.6	7.8
68.7	70.7	72.7	7.6
68.8	70.8	72.8	7.4
68.9	70.9	72.9	7.2
69.0	71.0	73.0	7.0
69.1	71.1	73.1	6.8
69.2	71.2	73.2	6.6
69.3	71.3	73.3	6.4
69.4	71.4	73.4	6.2
69.5	71.5	73.5	6.0
69.6	71.6	73.6	5.8
69.7	71.7	73.7	5.6
69.8	71.8	73.8	5.4
69.9	71.9	73.9	5.2
70.0	72.0	74.0	5.0

## (二) 三角滑步 (分值 10 分)

### 1. 测试方法

测试者听到发令员发出指令后,从 A 点开始迅速滑步到 B 点,左手触标志物后再滑步回 A 点,右手触标志物后滑步到 C 点,左手触标志物后再滑步回 A 点用右手触标志物,为一次三角滑步。测试者须连续完成 3 次,计算全程滑步的时间。



### 2. 测试要求

1) 测试者不得用交叉步,每个点都必须手触标志物后方能折回,否则将被判为犯规而取消成绩。

2) 标志物如被撞倒,则考生必须自己扶起标志物后方能继续测试,标志物如被推离原地,监考员不予推放回原地点。

3) 该项目测试每人有 2 次机会,取最好成绩。

### 3. 评分标准见表 3。

表 3 三角滑步评分标准

男子	女子	分数
16.0	18.0	10
16.2	18.2	9.5
16.4	18.4	9.0
16.6	18.6	8.5

16. 8	18. 8	8. 0
17. 0	19. 0	7. 5
17. 5	19. 5	7. 0
18. 0	20. 0	6. 5
18. 5	20. 5	6. 0
19. 0	21. 0	5. 5
19. 5	21. 5	5. 0
20. 0	22. 0	4. 5
20. 5	22. 5	4. 0
21. 0	23. 0	3. 5
21. 5	23. 5	3. 0
22. 0	24. 0	2. 5
22. 5	24. 5	2. 0
23. 0	25. 0	1. 5
23. 5	25. 5	1. 0
24. 0	26. 0	0. 5

## 二、技术部分

### (一) 强度投篮 (分值 20 分)

#### 1. 测试方法

1) 标准篮球场场地，外线以 3 分线为限制 (界) 测试 3 分投篮，内线以“2 分投篮线”为限制 (界) 测试 2 分投篮。2 分投篮线的划法如图 2 所示，以篮圈中心在地面上的投影点为圆心，以此点至罚球半圆与罚球线交点的距离为半径 (4.65m) 所划的弧线，弧线过合理冲撞区后为垂直于端线的直线。

2) 测试时间：90 秒。

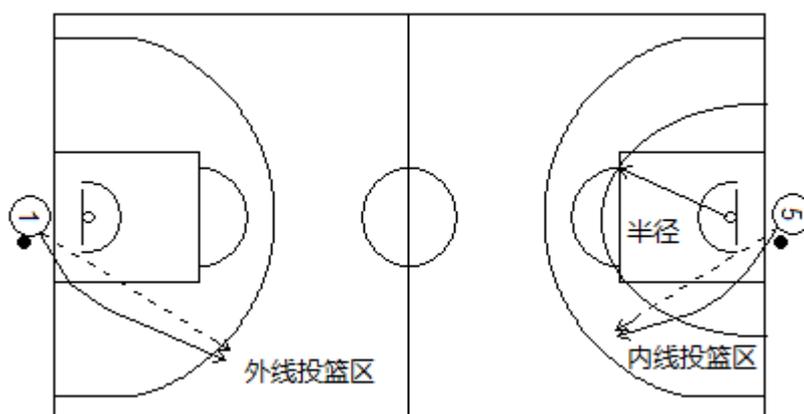


图 2 内、外线投篮区

3) 外线：测试者在①点站在端线中点外的出发区内持球做好准备，听到发令员发出指令后，立即将球抛或运到 3 分线外，快速转移抢步接球、跳起投篮、冲抢篮板球后不可带球走，连续反复快速进行。

4) 内线：测试者在⑤点站在端线中点外的出发区内持球做好准备，听到发令员发出指令后，立即将球抛或运到2分线外，快速转移抢步接球、跳起投篮、冲抢篮板球后不可带球走、连续反复快速进行。

## 2. 测试要求

1) 测试者听到指令后方可开始向外抛球或运球，抢到篮板球后要快速抛或运球到线外投篮，无论是抛球到线外，还是运球投篮均不允许带球走，如果出现抢篮板球后抱球跑、接球投篮前走步违例、其他同伴触球等情况，此次投中和投篮次数均无效。

2) 切记投篮强度要求，未达到表4、5规定的投篮强度要求，不予计算成绩。

3) 要求投篮出手快、冲抢快、抛球或运球转移快、抢步接球起跳快，投篮动作符合技术规范要求。

4) 记录员应大声报数测试者的投次和中次，若出现走步、投篮未触及篮圈、投篮时踩线等违例行为时，应立即用相应手势说明。

5) 每人测试两次，记录两次成绩，取最好成绩。

## 3. 成绩记录与评定

表4 强度投篮评分表（男篮）

外线队员					内线队员				
投次	命中	投次	命中	得分	投次	命中	投次	命中	得分
18	16	17	17	20	22	20	21	21	20
18	15	17	16	19	22	19	21	20	19
18	14	17	15	18	22	18	21	19	18
18	13	17	14	17	22	17	21	18	17
18	12	17	13	16	22	16	21	17	16
18	11	17	12	15	22	15	21	16	15
18	10	17	11	14	22	14	21	15	14
18	9	17	10	13	22	13	21	14	13
18	8	17	9	12	22	12	21	13	12
18	7	17	8	11	22	11	21	12	11
18	6	17	7	10	22	10	21	11	10
18	5	17	6	9	22	9	21	10	9
18	4	17	5	8	22	8	21	9	8

表5 强度投篮评分表（女篮）

外线队员					内线队员				
投次	中次	投次	中次	分数	投次	中次	投次	中次	分数
17	15	16	16	20	21	19	20	20	20

17	14	16	15	19	21	18	20	19	19
17	13	16	14	18	21	17	20	18	18
17	12	16	13	17	21	16	20	17	17
17	11	16	12	16	21	15	20	16	16
17	10	16	11	15	21	14	20	15	15
17	9	16	10	14	21	13	20	14	14
17	8	16	9	13	21	12	20	13	13
17	7	16	8	8	21	11	20	12	8
17	6	16	7	7	21	10	20	11	7
17	5	16	6	6	21	9	20	10	6
17	4	16	5	5	21	8	20	9	5

## (二) 综合运球投篮 (分值 15 分)

### 1. 测试方法

如图 3 所示:

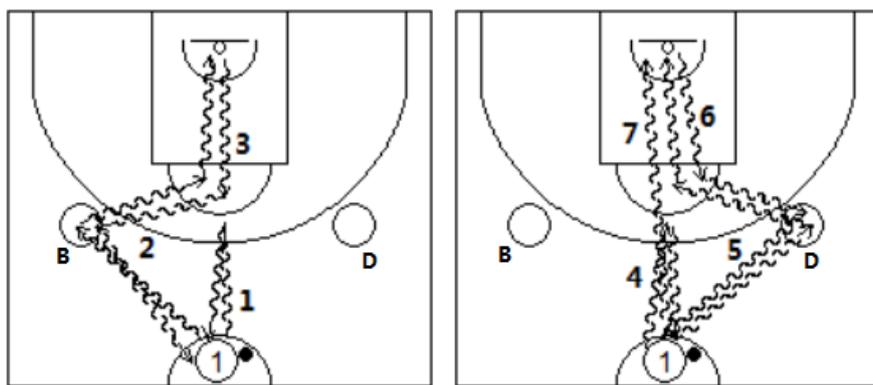


图 3 综合运球突破上篮示意图

1) 测试队员在①点持球从中圈圆弧线后起动, 先用右手加速运球, 当任意脚踩进三分线内后, 后退运球(身体背对或侧对中线), 当任意脚踩进中圈后做胯下变向, 换成左手运球;

2) 当脚踩进 B 圆圈时做背后运球变向, 换右手运球, 当脚踩进罚球圈时, 转身运球突破后左手上篮;

3) 投中抢到篮板球后, 按原路线返回, 首先是用左手加速运球, 脚踩进罚球圈后做后转身变向运球, 换右手运球, 脚踩进 B 圆圈做背后变向运球, 换左手运球;

4) 当脚踩进中圈时, 继续用左手运球至三分线, 当脚踩进三分线内, 变后退运球, 当脚踩进中圈后做胯下变向, 换成右手运球;

5) 当脚踩进 D 圆圈时做背后运球变向, 换左手运球, 当脚踩进罚球圈, 后转身运球突破右手上篮;

6) 投中抢到篮板球后, 按原路线返回, 首先是用右手加速运球, 脚踩进罚球圈

后做后转身变向运球，换左手运球，脚踩进 D 圆圈做背后变向运球，换右手运球；

7) 当脚踩进中圈时，反身快速运球投篮，球投中通过篮圈后停表。

## 2. 测试要求

1) 测试者必须按测试方法和步骤运球，否则取消该次测试成绩。

2) 运球前进变向，脚必须踩到身前圆圈，后退运球，身体背对或侧对中线，任意脚必须踩进中圈才能变向。未按测试方法和路线运球，出现脚未踩圆圈、未能及时换手运球、返回时脚未踩进中圈、未按规定左(右)手投篮、携带球等，按技评标准要求扣除成绩或取消测试。

3) 每次上篮不中必须补中，最后踩进中圈反身快速运球投篮，球投中通过篮圈后停表。

4) 每人测试两次，记录两次成绩，取最好成绩。

## 3. 成绩记录与评定

表 6 综合运球投篮测试评分标准(男篮)

身高≤1.90m				身高 1.91-1.99m				身高≥2.00m			
成绩	分数	成绩	分数	成绩	分数	成绩	分数	成绩	分数	成绩	分数
24.0	15.0	29.0	9.9	25.0	15.0	30.0	9.9	26.0	15.0	31.0	9.9
24.1	14.8	29.1	9.8	25.1	14.8	30.1	9.8	26.1	14.8	31.1	9.8
24.2	14.7	29.2	9.7	25.2	14.7	30.2	9.7	26.2	14.7	31.2	9.7
24.3	14.6	29.3	9.6	25.3	14.6	30.3	9.6	26.3	14.6	31.3	9.6
24.4	14.5	29.4	9.5	25.4	14.5	30.4	9.5	26.4	14.5	31.4	9.5
24.5	14.4	29.5	9.4	25.5	14.4	30.5	9.4	26.5	14.4	31.5	9.4
24.6	14.3	29.6	9.3	25.6	14.3	30.6	9.3	26.6	14.3	31.6	9.3
24.7	14.2	29.7	9.2	25.7	14.2	30.7	9.2	26.7	14.2	31.7	9.2
24.8	14.1	29.8	9.1	25.8	14.1	30.8	9.1	26.8	14.1	31.8	9.1
24.9	14.0	29.9	9.0	25.9	14.0	30.9	9.0	26.9	14.0	31.9	9.0
25.0	13.9	30.0	8.9	26.0	13.9	31.0	8.9	27.0	13.9	32.0	8.9
25.1	13.8	30.1	8.8	26.1	13.8	31.1	8.8	27.1	13.8	32.1	8.8
25.2	13.7	30.2	8.7	26.2	13.7	31.2	8.7	27.2	13.7	32.2	8.7
25.3	13.6	30.3	8.6	26.3	13.6	31.3	8.6	27.3	13.6	32.3	8.6
25.4	13.5	30.4	8.5	26.4	13.5	31.4	8.5	27.4	13.5	32.4	8.5
25.5	13.4	30.5	8.4	26.5	13.4	31.5	8.4	27.5	13.4	32.5	8.4
25.6	13.3	30.6	8.3	26.6	13.3	31.6	8.3	27.6	13.3	32.6	8.3
25.7	13.2	30.7	8.2	26.7	13.2	31.7	8.2	27.7	13.2	32.7	8.2
25.8	13.1	30.8	8.1	26.8	13.1	31.8	8.1	27.8	13.1	32.8	8.1
25.9	13.0	30.9	8.0	26.9	13.0	31.9	8.0	27.9	13.0	32.9	8.0
26.0	12.9	31.0	7.9	27.0	12.9	32.0	7.9	28.0	12.9	33.0	7.9
26.1	12.8	31.1	7.8	27.1	12.8	32.1	7.8	28.1	12.8	33.1	7.8
26.2	12.7	31.2	7.7	27.2	12.7	32.2	7.7	28.2	12.7	33.2	7.7
26.3	12.6	31.3	7.6	27.3	12.6	32.3	7.6	28.3	12.6	33.3	7.6
26.4	12.5	31.4	7.5	27.4	12.5	32.4	7.5	28.4	12.5	33.4	7.5
26.5	12.4	31.5	7.4	27.5	12.4	32.5	7.4	28.5	12.4	33.5	7.4
26.6	12.3	31.6	7.3	27.6	12.3	32.6	7.3	28.6	12.3	33.6	7.3
26.7	12.2	31.7	7.2	27.7	12.2	32.7	7.2	28.7	12.2	33.7	7.2
26.8	12.1	31.8	7.1	27.8	12.1	32.8	7.1	28.8	12.1	33.8	7.1
26.9	12.0	31.9	7.0	27.9	12.0	32.9	7.0	28.9	12.0	33.9	7.0
27.0	11.9	32.0	6.9	28.0	11.9	33.0	6.9	29.0	11.9	34.0	6.9
27.1	11.8	32.1	6.8	28.1	11.8	33.1	6.8	29.1	11.8	34.1	6.8
27.2	11.7	32.2	6.7	28.2	11.7	33.2	6.7	29.2	11.7	34.2	6.7

27.3	11.6	32.3	6.6	28.3	11.6	33.3	6.6	29.3	11.6	34.3	6.6
27.4	11.5	32.4	6.5	28.4	11.5	33.4	6.5	29.4	11.5	34.4	6.5
27.5	11.4	32.5	6.4	28.5	11.4	33.5	6.4	29.5	11.4	34.5	6.4
27.6	11.3	32.6	6.3	28.6	11.3	33.6	6.3	29.6	11.3	34.6	6.3
27.7	11.2	32.7	6.2	28.7	11.2	33.7	6.2	29.7	11.2	34.7	6.2
27.8	11.1	32.8	6.1	28.8	11.1	33.8	6.1	29.8	11.1	34.8	6.1
27.9	11.0	32.9	6.0	28.9	11.0	33.9	6.0	29.9	11.0	34.9	6.0
28.0	10.9	33.0	5.9	29.0	10.9	34.0	5.9	30.0	10.9	35.0	5.9
28.1	10.8	33.1	5.8	29.1	10.8	34.1	5.8	30.1	10.8	35.1	5.8
28.2	10.7	33.2	5.7	29.2	10.7	34.2	5.7	30.2	10.7	35.2	5.7
28.3	10.6	33.3	5.6	29.3	10.6	34.3	5.6	30.3	10.6	35.3	5.6
28.4	10.5	33.4	5.5	29.4	10.5	34.4	5.5	30.4	10.5	35.4	5.5
28.5	10.4	33.5	5.4	29.5	10.4	34.5	5.4	30.5	10.4	35.5	5.4
28.6	10.3	33.6	5.3	29.6	10.3	34.6	5.3	30.6	10.3	35.6	5.3
28.7	10.2	33.7	5.2	29.7	10.2	34.7	5.2	30.7	10.2	35.7	5.2
28.8	10.1	33.8	5.1	29.8	10.1	34.8	5.1	30.8	10.1	35.8	5.1
28.9	10.0	33.9	5.0	29.9	10.0	34.9	5.0	30.9	10.0	35.9	5.0

表7 综合运球投篮测试评分标准（女篮）

身高≤1.80m				身高1.81-1.85m				身高≥1.86m			
成绩	分数	成绩	分数	成绩	分数	成绩	分数	成绩	分数	成绩	分数
28.0	15.0	33.0	9.9	29.0	15.0	34.0	9.9	30.0	15.0	35.0	9.9
28.1	14.8	33.1	9.8	29.1	14.8	34.1	9.8	30.1	14.8	35.1	9.8
28.2	14.7	33.2	9.7	29.2	14.7	34.2	9.7	30.2	14.7	35.2	9.7
28.3	14.6	33.3	9.6	29.3	14.6	34.3	9.6	30.3	14.6	35.3	9.6
28.4	14.5	33.4	9.5	29.4	14.5	34.4	9.5	30.4	14.5	35.4	9.5
28.5	14.4	33.5	9.4	29.5	14.4	34.5	9.4	30.5	14.4	35.5	9.4
28.6	14.3	33.6	9.3	29.6	14.3	34.6	9.3	30.6	14.3	35.6	9.3
28.7	14.2	33.7	9.2	29.7	14.2	34.7	9.2	30.7	14.2	35.7	9.2
28.8	14.1	33.8	9.1	29.8	14.1	34.8	9.1	30.8	14.1	35.8	9.1
28.9	14.0	33.9	9.0	29.9	14.0	34.9	9.0	30.9	14.0	35.9	9.0
29.0	13.9	34.0	8.9	30.0	13.9	35.0	8.9	31.0	13.9	36.0	8.9
29.1	13.8	34.1	8.8	30.1	13.8	35.1	8.8	31.1	13.8	36.1	8.8
29.2	13.7	34.2	8.7	30.2	13.7	35.2	8.7	31.2	13.7	36.2	8.7
29.3	13.6	34.3	8.6	30.3	13.6	35.3	8.6	31.3	13.6	36.3	8.6
29.4	13.5	34.4	8.5	30.4	13.5	35.4	8.5	31.4	13.5	36.4	8.5
29.5	13.4	34.5	8.4	30.5	13.4	35.5	8.4	31.5	13.4	36.5	8.4
29.6	13.3	34.6	8.3	30.6	13.3	35.6	8.3	31.6	13.3	36.6	8.3
29.7	13.2	34.7	8.2	30.7	13.2	35.7	8.2	31.7	13.2	36.7	8.2
29.8	13.1	34.8	8.1	30.8	13.1	35.8	8.1	31.8	13.1	36.8	8.1
29.9	13.0	34.9	8.0	30.9	13.0	35.9	8.0	31.9	13.0	36.9	8.0
30.0	12.9	35.0	7.9	31.0	12.9	36.0	7.9	32.0	12.9	37.0	7.9
30.1	12.8	35.1	7.8	31.1	12.8	36.1	7.8	32.1	12.8	37.1	7.8
30.2	12.7	35.2	7.7	31.2	12.7	36.2	7.7	32.2	12.7	37.2	7.7
30.3	12.6	35.3	7.6	31.3	12.6	36.3	7.6	32.3	12.6	37.3	7.6
30.4	12.5	35.4	7.5	31.4	12.5	36.4	7.5	32.4	12.5	37.4	7.5
30.5	12.4	35.5	7.4	31.5	12.4	36.5	7.4	32.5	12.4	37.5	7.4
30.6	12.3	35.6	7.3	31.6	12.3	36.6	7.3	32.6	12.3	37.6	7.3
30.7	12.2	35.7	7.2	31.7	12.2	36.7	7.2	32.7	12.2	37.7	7.2
30.8	12.1	35.8	7.1	31.8	12.1	36.8	7.1	32.8	12.1	37.8	7.1
30.9	12.0	35.9	7.0	31.9	12.0	36.9	7.0	32.9	12.0	37.9	7.0
31.0	11.9	36.0	6.9	32.0	11.9	37.0	6.9	33.0	11.9	38.0	6.9
31.1	11.8	36.1	6.8	32.1	11.8	37.1	6.8	33.1	11.8	38.1	6.8
31.2	11.7	36.2	6.7	32.2	11.7	37.2	6.7	33.2	11.7	38.2	6.7
31.3	11.6	36.3	6.6	32.3	11.6	37.3	6.6	33.3	11.6	38.3	6.6
31.4	11.5	36.4	6.5	32.4	11.5	37.4	6.5	33.4	11.5	38.4	6.5
31.5	11.4	36.5	6.4	32.5	11.4	37.5	6.4	33.5	11.4	38.5	6.4

31.6	11.3	36.6	6.3	32.6	11.3	37.6	6.3	33.6	11.3	38.6	6.3
31.7	11.2	36.7	6.2	32.7	11.2	37.7	6.2	33.7	11.2	38.7	6.2
31.8	11.1	36.8	6.1	32.8	11.1	37.8	6.1	33.8	11.1	38.8	6.1
31.9	11.0	36.9	6.0	32.9	11.0	37.9	6.0	33.9	11.0	38.9	6.0
32.0	10.9	37.0	5.9	33.0	10.9	38.0	5.9	34.0	10.9	39.0	5.9
32.1	10.8	37.1	5.8	33.1	10.8	38.1	5.8	34.1	10.8	39.1	5.8
32.2	10.7	37.2	5.7	33.2	10.7	38.2	5.7	34.2	10.7	39.2	5.7
32.3	10.6	37.3	5.6	33.3	10.6	38.3	5.6	34.3	10.6	39.3	5.6
32.4	10.5	37.4	5.5	33.4	10.5	38.4	5.5	34.4	10.5	39.4	5.5
32.5	10.4	37.5	5.4	33.5	10.4	38.5	5.4	34.5	10.4	39.5	5.4
32.6	10.3	37.6	5.3	33.6	10.3	38.6	5.3	34.6	10.3	39.6	5.3
32.7	10.2	37.7	5.2	33.7	10.2	38.7	5.2	34.7	10.2	39.7	5.2
32.8	10.1	37.8	5.1	33.8	10.1	38.8	5.1	34.8	10.1	39.8	5.1
32.9	10.0	37.9	5.0	33.9	10.0	38.9	5.0	34.9	10.0	39.9	5.0

### 三、比赛（分值 40 分）

#### 1. 测试内容

全场 5 对 5 比赛。

#### 2. 测试方法及评分

- 1) 根据测试者人数和测试者场上位置进行分组，测试考生的技战术运用能力。
- 2) 个人攻防技术能力。通过比赛，考察考生个人攻防技术运用的合理合法性、熟练程度和协同配合的能力及意识。
- 3) 战术配合能力。通过比赛，考察考生组织发动快攻战术意识与能力，两三人战术配合意识与能力。
- 4) 如考生报名位置与实际位置特点不符，一经发现立刻取消考试资格。

### 四、篮球考生总成绩（100 分）

篮球考生总成绩 = 边线折返跑成绩+三角滑步成绩+强度投篮成绩+综合运球投篮成绩+比赛成绩

# 足 球

## 非守门员

### 一、传球（20分）

#### 1. 测试方法

1) 测试者从起点带球推进至  $3\text{m} \times 3\text{m}$  的方块内，将球传入 1、2、3、4 号区域（区域面积均为  $8\text{m} \times 8\text{m}$ ），方块中心距离 1、2 号区域最近顶点（角） $25\text{m}$ ，距离 3、4 号区域最近顶点（角） $35\text{m}$ ，如图 1；

2) 测试者需在 80 秒内完成 14 次传球（左、右脚各 7 次）。左脚传球至 1、3 号区域，右脚传球 2、4 号区域。传球至 1、2 号区域左、右脚各 4 次，每球分值 1 分，传球至 3、4 号区域左右脚各 3 次，每球分值 2 分。

#### 2. 测试要求及评分

1) 测试者从起点开始，球动即开表计时，计算 80 秒内完成传球的总得分即为本项最后得分。

2) 测试者必须在方块内传球，否则视为无效，所有线属于区域内。

3) 每人两次机会，取最好成绩。



图 1

### 二、射门（10分）

#### 1. 测试方法

1) 测试者在罚球弧外，带球到罚球弧内射门。射门起脚时，球不得越过大禁区 18 码线，且射中指定区域（标志桶与门柱之间的  $2\text{m}$  左右区域）方能得分，如图 2；

2) 规定脚法射门。测试者须在 60 秒内完成左、右脚足弓射门各 5 次，每球分值 1 分，满分 10 分。

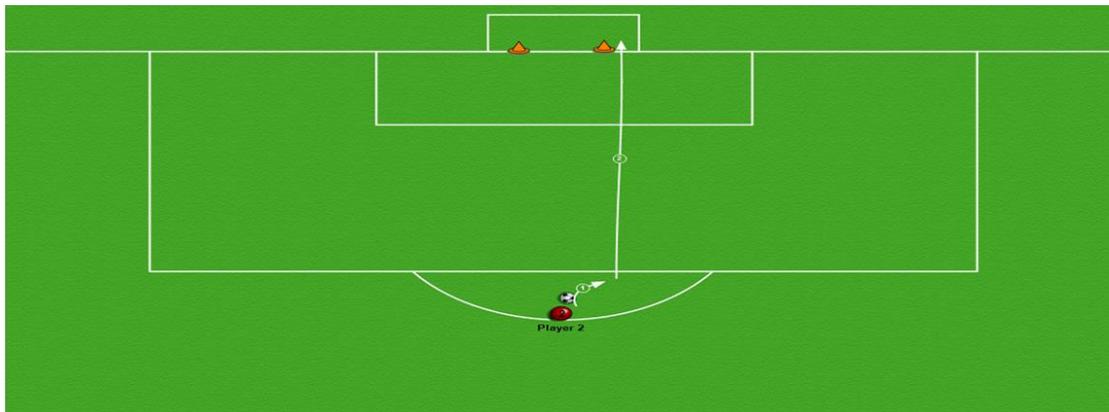


图 2

## 2. 测试要求及评分

1) 测试者从罚球弧弧顶开始，球动即开表计时，规定脚法的总得分即为最后得分；

2) 测试者射门时，左脚只能射向球门左边区域，右脚只能射向球门右边区域，否则射中视为无效；

3) 每人两次机会，取最好成绩。

## 三、T 型灵敏测试（10 分）

### 1. 测试方法

4 个标志桶摆放位置和距离如图 3 所示（5yard=4.57m，10yard=9.14m），测试者从 A 桶左侧开始，快速冲刺到 B 桶，用右手触摸 B 桶尖，侧并步跑到 C 桶，用左手触碰 C 桶尖，然后向右侧并步跑到 D 桶，用右手触碰 D 桶尖，然后再向左侧并步跑回 B 桶，用左手触碰 B 桶尖，然后后退跑回 A 桶，当测试者的身体通过 A 桶时，测试结束。

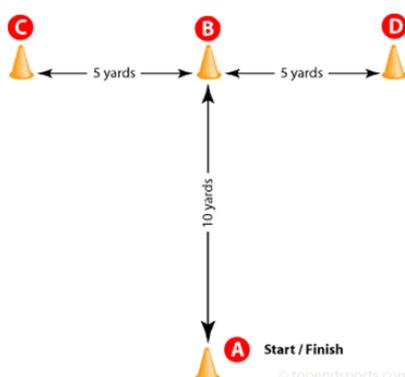


图 3

## 2. 测试要求及评分

1) 当测试者侧并步跑双脚不在一条水平线上时, 全程 4 次碰触桶尖漏碰的时候, 整个跑动过程脸向侧或向后看的时候, 这三种情况视为测试失败;

2) 每人两次机会, 取最好成绩;

3) 评分标准见表 1。

表 1

序号	时间 (t/秒)	分数
1	$t \leq 9.5$	10
2	$9.5 < t \leq 10.5$	8
3	$10.5 < t \leq 11.5$	6
4	$t > 11.5$	0

## 四、冲刺&灵活性测试 (20 分)

### 1. 测试方法

测试场地及路线如图 4 所示, 测试者须在 14m×8m 的区域里按照规定线路指引, 完成带球跑动测试。



图 4

### 2. 测试要求及评分

1) 带球跑动从起点带球绕过杆到终点 (以人球同时到为结束), 分值 20 分;

2) 每人两次机会, 取最好成绩;

3) 根据单独招生文化课考试类、第二批次录取控制分数线 65%类和第二批次录取控制分数线类考生的测试成绩分别进行排名;

4) 评分标准见表 2。

表 2

名次	得分	名次	得分
1	20	11	10
2	19	12	9
3	18	13	8
4	17	14	7
5	16	15	6
6	15	16	5
7	14	17	4
8	13	18	3
9	12	19	2
10	11	20	1

注：20 名以后均计为 0 分。

## 五、非守门员 11 人制全场比赛（40 分）

### 1. 测试方法及要求

1) 测试场地及时间：11 人制足球场。全场 90 分钟比赛，上下半场各 45 分钟，中场休息 15 分钟；

2) 测试方法：测试者按 11 人制竞赛方法进行分组，分别进行考生对抗赛和与校队对抗赛。两场比赛，每场比赛各占 20 分。

### 2. 测试评分原则

按照测试者所报位置进行考核。

#### 1) 后卫

拦截能力（含制空能力）30%，1 对 1 防守及协防能力 40%，组织、传球、接应和速度能力 30%；

#### 2) 前卫

攻防能力 25%，视野和转移球能力 25%，传控球能力 25%，传威胁球及射门能力 25%；

#### 3) 前锋

突破、控球能力 30%，跑位时机 30%，射门得分能力 40%。

## 守 门 员

### 一、基本技术测试（60分）

#### 1. 扑接球（20分）

测试方法与标准：正面接地滚球、半高球、高球（10分）；  
侧面接地滚球、半高球、高球（10分）。

#### 2. 球门球踢远（10分）

测试方法与标准：测试者有3次机会，踢过中线即可获得10分，未过中线不得分。

#### 3. 手掷球（10分）

测试方法与标准：测试者有3次机会，单手从罚球区内掷球过30m即可获得10分，未过30m不得分。

#### 4. 移动踢远（20分）

测试方法与标准：罚球区内测试者助跑3-4步，将球踢向中线后的左、右2个区域（15m×15m），每个区域2次机会，取最好成绩。左右区域各为10分，未落入区域内不得分。

### 二、11人制全场比赛（40分）

测试方法与标准：测试者将分组进行2场比赛（每场比赛占20分）。考察测试者扑球、组织进攻和防守等综合能力。

## 足球考生总成绩

#### 1. 足球考生（非守门员）成绩：（总分100分）

考生总成绩 = 传球成绩+射门成绩+T型灵敏测试成绩+冲刺&灵活性测试成绩+11人制比赛成绩（两场得分之和）

#### 2. 足球考生（守门员）成绩：（总分100分）

考生总成绩 = 扑接球成绩+球门球踢远成绩+手掷球成绩+移动踢远成绩+11人制比赛成绩（两场得分之和）

# 田 径

## 一、考试内容

项目设置：100 米、200 米、400 米、800 米、1500 米、5000 米、100 米栏、110 米栏、400 米栏、跳高、跳远、三级跳远、撑竿跳高、铅球、标枪、铁饼、十项全能、七项全能。

## 二、测试方法与评分标准

1. 考生只能根据招生简章的要求，在上述项目中选择一个专项进行考试（全能项目除外）。考生所报项目可测试两次，取最好成绩计入考试成绩。

2. 全能项目的考生只测试下列四项，在规定时间内完成（具体见测试日程表）。

### 男子全能

上午：110 米栏、跳高

下午：铁饼、标枪（二选一）和 1500 米

### 女子全能

上午：100 米栏、跳高

下午：标枪、800 米

各单项得分查中国田径协会审定的《田径项目分值表》，按四项累计得分为最后得分，计入考试成绩。

3. 单项和全能径赛项目，对第一次起跑犯规的考生给予警告，测试中只允许考生有一次起跑犯规而不被取消资格，之后一名或多名考生每次起跑犯规均将被取消该单项的考试资格。

4. 田赛远度项目每人均有六次试跳（掷）的机会。

5. 考试采用的跨栏栏架高度和投掷器材重量，见表 1 和表 2。

表 1 测试栏架高度

组别	110 米栏（厘米）	100 米栏（厘米）	400 米栏（厘米）
男	106.7	—	91.4
女	—	84	76.2

表 2 投掷项目测试器材的重量

组别	铅球（千克）	标枪（克）	铁饼（千克）
男	7.26	800	2
女	4	600	1

6. 各项目评分标准（表3~表6）

表3 男子径赛电计时评分表

分值	100米	200米	400米	800米	1500米	5000米	110米栏	400米栏
100	10.66	21.70	47.95	1:54.33	3:54.9	14:40.0	14.73	53.69
98	10.72	21.80	48.20	1:55.16	3:56.3	14:47.0	14.83	53.80
96	10.78	21.95	48.35	1:55.82	3:57.7	14:54.0	14.93	53.90
94	10.85	22.15	48.40	1:56.48	3:59.2	15:01.0	15.04	53.95
92	10.89	22.25	48.45	1:57.14	4:00.8	15:08.0	15.15	54.00
90	10.92	22.37	48.50	1:57.82	4:02.4	15:15.2	15.26	54.10
88	10.95	22.57	48.70	1:58.50	4:04.0	15:22.4	15.38	54.20
86	11.00	22.77	48.90	1:59.18	4:05.6	15:29.6	15.50	54.30
84	11.05	22.99	49.10	1:59.86	4:07.2	15:36.8	15.62	54.40
82	11.10	23.28	49.30	2:00.54	4:08.8	15:44.1	15.75	54.50
80	11.15	23.44	49.50	2:01.22	4:10.5	15:51.5	15.89	54.80
78	11.18	23.50	49.70	2:02.00	4:11.0	15:54.6	15.98	54.90
76	11.20	23.53	49.90	2:02.36	4:12.5	15:59.1	16.07	55.10
74	11.22	23.55	50.10	2:02.77	4:12.8	16:04.6	16.16	55.30
72	11.24	23.56	50.30	2:03.00	4:13.6	16:07.9	16.24	55.50
70	11.26	23.57	50.50	-	4:14.0	16:10.0	-	55.70
68	11.28	23.58	50.70	-	4:14.5	-	-	55.90
66	11.30	23.59	50.90	-	4:15.0	-	-	56.10
64	11.32	23.60	51.00	-	-	-	-	57.00
62	11.54	23.73	52.10	-	-	-	-	58.50
60	11.74	23.84	53.14	-	-	-	-	1:00.14

表4 男子田赛评分表 单位：米

分值	跳高	撑竿跳高	跳远	三级跳远	铅球	铁饼	标枪	全能
100	2.16	4.80	7.40	15.46	16.20	49.60	66.10	2430
98	2.13	4.75	7.35	15.23	16.00	48.70	65.10	2390
96	-	4.70	7.30	15.11	15.80	47.79	64.10	2350
94	2.10	4.65	7.25	15.00	15.60	46.87	63.10	2310
92	2.07	4.60	7.20	14.90	15.40	45.95	62.10	2270
90	-	4.55	7.15	14.83	15.20	45.03	61.00	2230
88	2.04	4.50	7.10	14.59	15.00	44.11	59.80	2190

分值	跳高	撑竿跳高	跳远	三级跳远	铅球	铁饼	标枪	全能
86	-	4.45	7.05	14.45	14.80	43.17	58.60	2130
84	2.01	4.40	7.00	14.31	14.60	42.23	57.40	2070
82	-	4.35	6.95	14.16	14.40	41.29	56.00	2010
80	1.98	4.30	6.90	14.00	14.20	40.35	54.60	1950
78	-	4.25	6.86	13.98	14.00	40.30	54.40	1920
76	1.95	4.20	6.81	13.95	13.80	40.24	54.20	1890
74	-	4.15	6.75	13.93	13.60	40.15	53.90	1875
72	1.92	-	6.68	13.90	13.40	40.09	53.60	1855
70	-	4.10	6.60	13.85	13.20	40.00	53.30	1835
68	1.89	-	6.56	13.80	13.00	39.57	53.00	1815
66	-	-	-	13.75	12.80	39.23	52.50	1795
64	1.86	4.05	6.53	13.70	12.60	38.82	52.00	1780
62	-	-	-	13.65	12.55	38.40	51.50	1765
60	1.83	4.00	6.50	13.60	12.50	38.00	51.00	1750

表5 女子径赛电计时评分表

分值	100米	200米	400米	800米	1500米	5000米	100米栏	400米栏
100	12.33	24.81	55.38	2:12.80	4:31.0	17:10.0	14.33	1:01.00
98	12.37	24.99	55.70	2:13.80	4:33.7	17:16.0	14.43	1:01.40
96	12.41	25.30	55.95	2:14.90	4:36.4	17:22.0	14.53	1:01.80
94	12.45	25.50	56.20	2:15.90	4:39.1	17:28.0	14.63	1:02.20
92	12.49	25.70	56.70	2:17.00	4:41.8	17:34.0	14.73	1:02.60
90	12.53	25.90	57.30	2:18.00	4:44.5	17:40.0	14.83	1:03.00
88	12.59	26.15	57.80	2:19.10	4:47.2	17:45.0	14.93	1:03.60
86	12.65	26.30	58.10	2:20.10	4:50.0	17:51.0	15.04	1:04.20
84	12.71	26.55	58.40	2:21.20	4:52.7	17:57.0	15.16	1:04.85
82	12.77	26.65	59.00	2:22.20	4:55.4	18:03.0	15.28	1:05.55
80	12.84	26.80	59.70	2:23.30	4:58.1	18:09.0	15.40	1:06.25
78	12.85	26.87	1:00.1	2:23.60	5:00.0	18:12.0	15.50	1:06.76
76	12.86	26.90	1:00.5	2:23.90	5:02.1	18:15.0	15.55	1:07.21
74	12.88	26.91	1:00.9	2:24.30	5:02.9	18:18.0	15.60	1:07.64
72	12.90	26.92	1:01.3	2:24.60	5:03.8	18:21.0	15.65	1:08.00
70	12.93	26.93	1:01.5	2:24.90	5:04.0	18:24.0	15.70	-
68	12.95	26.94	1:01.8	2:25.30	5:05.0	18:27.0	15.74	-

分值	100 米	200 米	400 米	800 米	1500 米	5000 米	100 米栏	400 米栏
66	12.97	26.95	1:02.2	2:25.70	-	18:30.0	-	-
64	12.99	26.97	1:02.5	2:25.90	-	18:33.0	-	-
62	13.01	26.99	1:02.7	2:25.95	-	19:36.0	-	-
60	13.04	27.00	1:03.14	2:26.00	-	20:00.0	-	-

表 6 女子田赛评分表 单位：米

分值	跳高	撑竿跳高	跳远	三级跳远	铅球	铁饼	标枪	全能
100	1.77	3.60	5.91	13.00	15.30	51.00	52.00	2590
98	1.74	-	5.85	12.85	15.20	50.06	50.90	2550
96	-	3.55	5.78	12.70	15.10	49.12	49.80	2510
94	1.71	-	5.73	12.65	14.90	48.18	48.70	2470
92	-	3.50	5.68	12.60	14.60	47.24	47.60	2430
90	1.68	-	5.63	12.50	14.30	46.28	46.48	2390
88	-	3.45	5.59	12.45	14.00	45.32	45.36	2350
86	1.65	-	5.55	12.30	13.75	44.36	44.24	2310
84	-	3.40	5.50	12.25	13.50	43.40	43.12	2270
82	1.62	-	5.45	12.15	13.00	42.43	41.99	2230
80	-	3.35	5.41	11.90	12.50	41.45	40.85	2180
78	1.59	-	5.35	11.84	-	40.95	40.55	2165
76	-	3.30	5.30	11.73	-	40.35	40.15	2145
74	1.56	-	5.27	11.65	-	39.95	39.75	2130
72	-	3.25	5.25	11.50	-	39.45	39.10	2105
70	-	-	5.20	11.45	-	39.00	38.50	2095
68	-	3.20	-	11.30	-	-	38.40	2080
66	-	-	-	11.25	-	-	38.30	2065
64	-	3.15	-	11.15	-	-	38.10	2055
62	-	-	-	11.10	-	-	38.00	2045
60	-	3.00	-	11.00	-	-	-	2030

# 乒乓球

## 一、测试内容：比赛

## 二、方法

1. 男、女考生分开设组，分单招组、二本线 65%组、二本线组进行测试；
2. 各组别超过 5 人，先进行分组循环，再进行抽签淘汰赛制决出名次，5 人及 5 人以下则进行单循环赛制决出名次；
3. 所有比赛均采用五局三胜制，比赛用球：双鱼白色三星 V40+乒乓球，比赛测试时将球拍进行随机抽检。

## 三、成绩评定

考生总成绩由比赛名次得分和考评专家评分两部分组成。

### 1. 考生比赛名次评分表

表 1 比赛名次评分表

比赛名次	得分
第一名	95
第二名	93
第三名	91
第四名	89
第五名	87
第六名	85
第七名	83
第八名	81
第九名	79
第十名	77

### 2. 考评专家评分

- 1) 只对进入各组前八名的考生进行专家评分；
- 2) 考评专家评分范围为 0-5 分；
- 3) 专家评分依据为临场表现、削球、左手打法等。

## 游 泳

游泳项目由国家体育总局科教司组织统测，测试方法和标准执行国家体育总局制定的《普通高等学校运动训练、武术与民族传统体育专业体育专项考试方法与评分标准》，我校根据考生的文化录取控制分数线类别、小项、性别按统考成绩排序，分别给予资格认定。