中国药科大学2020年排球高水平运动员测试细则

一、考试内容与权重

一级指标		二级指标		权重 100
		序号	内容	
攻手	身体素质（10%）	1	助跑摸高	10
	基本技术（60%）	2	两人防、调、扣	20
		3	专位扣战术球	20
		4	发球	20
	实战能力（30%）	5	技术运用	10
		6	战术意识	10
		7	比赛作风	10
二传	身体素质（10%）	1*	助跑摸高或综合步伐移动	10
	基本技术（60%）	2*	两人防、调、扣	20
		3*	传球	20
		4*	发球	20
	实战能力（30%）	5*	技术运用	10
		6*	战术意识	10
		7*	比赛作风	10
自由人	身体素质（10%）	Ⅰ	综合步伐移动	10
	基本技术（60%）	Ⅱ	全场防守	30
		Ⅲ	接发球	30
	实战能力（30%）	Ⅳ	技术运用	10
		Ⅴ	战术意识	10
		Ⅵ	比赛作风	10

二、测试方法与评分标准

（一）身体素质（10分）

1、助跑摸高（10分）

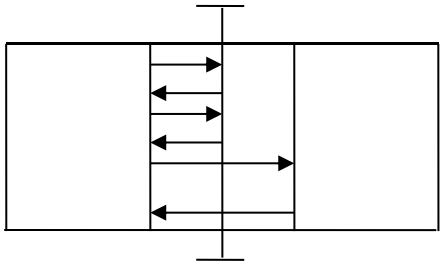
（1）测试方法：考生助跑双足起跳摸高，记下绝对高度，每人摸2次，计算最高成绩。

（2）评分标准（米）：

分值	0.5	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	4.5	5
男	3.16	3.17	3.18	3.19	3.20	3.21	3.22	3.23	3.24	3.25
女	2.71	2.72	2.73	2.74	2.75	2.76	2.77	2.78	2.79	2.80
分值	5.5	6	6.5	7	7.5	8	8.5	9	9.5	10
男	3.26	3.27	3.28	3.29	3.30	3.31	3.32	3.33	3.34	3.35
女	2.81	2.82	2.83	2.84	2.85	2.86	2.87	2.88	2.89	2.90

2、综合步伐移动（10分）

（1）测试方法：按图示，从进攻线后起动，前进、后退两个来回，前进必须双手摸中线，后退必须双足退出进攻线；然后向两侧移动，（用滑步或交叉步，不能转身）两个来回，两边都用单手摸线；接着再钻过网跑 6 米用单手摸进攻线，然后折回再跑过出发进攻线为止。考生起动时开表，最后一次冲过进攻线时停表（身体任何部位先过线均可）。



（2）评分标准（秒）：

分值	0.5	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	4.5	5
男	19”50	19”	18”50	18”	17”50	17”	16”50	16”	15”50	15”
女	20”20	19”70	19”20	18”70	18”20	17”70	17”20	16”70	16”20	15”70
分值	5.5	6	6.5	7	7.5	8	8.5	9	9.5	10
男	14”50	14”	13”50	13”	12”50	12”	11”50	11”	10”50	10”
女	15”20	14”70	14”20	13”70	13”20	12”70	12”20	11”70	11”20	10”70

（二）基本技术（60 分）

1、两人防、调、扣（20 分）

（1）测试方法：两人一组(自由搭配),距离 4-5 米打防（扣、防、调）。

（2）评分标准：

a、连续不落地球次数：5 分

分值	1	2	3	4	5
连续不落地球次数	1-4	5-8	9-12	13-16	17-20

b、根据考生的动作协调性和扣球力量的掌控及手法的运用，防守起球的效果，调整球是否到位情况：15 分

分值	1-5	6-10	11-15
完成情况	一般	良好	优秀

2、专位扣球（20 分）

（1）测试方法：考生自己根据报考位置扣球 10 次。

（2）评分方法和技评要求：由指定二传在网前传球，考务人员在同边后场给球，5 次直线（转体）5 次斜线，以球不擦网，有线路和力量的界内球为好球。

（3）评分标准：

a、成功率：10 分

分值	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
扣球次数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

b、技评分：10 分

分值	1-4	5-7	8-10
完成情况	一般	良好	优秀

3、发球（20 分）

（1）测试方法：考生自选一种发球技术，连续发 10 次。

（2）评分方法和技评要求：要求按照规定的落点，并有一定的力量和速度，直线 5 次、斜线 5 次，（采用跳发球的考生不做线路要求）。

（3）评分标准：

a、成功率：10 分

分值	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
发球次数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

b、技评分：10 分

分值	1-4	5-7	8-10
完成情况	一般	良好	优秀

4、二传传球（20 分）

（1）测试方法：考生全场传球 10 次。

（2）评分方法和技评要求：考生在进攻线准备，考务人员在同边后场敲球，要求考生能快速跑动到球下，合理运用跳传技术，并能够将准确的传到指定区域。共 10 次球，其中近体快球 2 次、短平快 2 次、背快 2 次、四号位调整球 2 次、二号位调整 2 次。

（3）评分标准：

a、成功率：10 分

分值	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
传球次数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

b、技评分：10 分

分值	1-4	5-7	8-10
完成情况	一般	良好	优秀

5、自由人全场防守（30 分）

（1）测试方法：自由防守人全场防守。

（2）评分方法：全场防守 15 次，其中包括重扣和轻调（扣球者为考务人员），要求判断、取位准确，有倒地动作，起球有一定的质量。防起一个有效球得 2 分。

（3）评分标准：

分值	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20	22	24	26	28	30
有效球次数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

6、自由人接发球（30 分）

（1）测试方法：考生接考务人员由对面发球区发出 10 次发球，一个球 3 分。

（2）评分方法：要求考生能灵活快速的移动步伐，合理运用垫球技术，并能够将球准确的垫击到规定的区域。

（3）评分标准：

分值	3	6	9	12	15	18	21	24	27	30
到位球次数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

（三）实战能力（30 分）

1、技术运用能力（10 分）

（1）测试方法：分组四对四（或六对六）对攻比赛（由考务人员在场边轮转抛球开始），主要考核考生的技术运用能力。

（2）评分标准：

分值	3-6	6-9	9-10
完成情况	一般	良好	优秀

2、战术意识（10 分）

（1）测试方法：在四对四（或六对六）比赛中，考委根据考生的表现综合评定，包括判断取位、接应意识、配合能力，击球方向和位置的选择、技术应用的合理性及综合运用的综合效果。

（2）评分标准：

分值	3-6	6-9	9-10
完成情况	一般	良好	优秀

3、比赛作风（10 分）

（1）测试方法：在比赛中，根据学生场上表现的作风顽强程度和积极合作的程度给予综合评定。

（2）评分标准：

分值	3-6	6-9	9-10
完成情况	一般	良好	优秀