**2018年东南大学高水平运动员测试内容及方法**

**排 球**

**一、测试内容与权重**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 一级指标 | 二级指标 | 权重分（**100**） |
| 序号 | 内容 |
| 一般队员 | 身体素质（**20**%） | 1 | 助跑摸高 | **20** |
| 基本技术（**50**%） | 2 | 两人扣防调 | **20** |
| 3 | 二，三，四号位扣球（二传：插上传半高球与背传和后撤防守） | **20** |
| 4 | 发球 | **10** |
| 实战能力（**30**%） | 5 | 技术运用 | **10** |
| 6 | 战术意识 | **10** |
| 7 | 比赛作风 | **10** |
| 自由防守队员 | 身体素质（**20**%） | 1 | 多种步伐移动 | **20** |
| 基本技术（**50**%） | 2 | 六号位专位防守 | **30** |
| 3 | 接发球 | **20** |
| 实战能力（**30**%） | 4 | 技术运用 | **10** |
| 5 | 战术意识 | **10** |
| 6 | 比赛作风 | **10** |

**二、测试方法与计分标准**

1. **身体素质**

**1、助跑摸高（20分）**

测试方法：考生以双脚助跑起跳单手摸篮圈（或篮板），计绝对高度。每人3次，以最高一次计算成绩。

男女起评标准为：3.11米和2.62米，满分标准为3.30米和2.90米。

**2、多种步伐移动（20分）**

测试方法：按图示，考试从进攻线后启动，前进，后退2个来回，前进时必须双手摸到中线，后退时必须双脚退出进攻线；然后再向两侧移动2个来回（用滑步或者交叉步，不能转身），两侧都用单手摸线：接着再钻过网并用单手摸对面的进攻线，最后返回直至跑过出发的进攻线为止（身体任何部位不能触网）。考生启动时开表，最后一次冲过进攻线为止停表（身体任何部位先过线均可）。每人2次机会，记一次最好成绩。

女子起评标准为：14”70，满分为10”70。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | ←---→←---→←---→←---→←---→ | -------→ |  |

**(二)基本技术（50分）**

**1、两人一组扣，防，调（20分：技评）**

（1）测试方法：两人一组，相距4～5米,扣防调。要求扣球达中等力量，防守起球达一定高度，两人按“扣、防、调”进行，每组扣防时间为3～5分钟。(死球后后场外快速供球)

（2）技评要求和标准：“扣, 防, 调”动作运用合理协调，扣球力量，防守起球效果、调传到位。

**2、二，三，四号位扣球（20分：达标10分，技评10分）**

（1）测试方法：考生根据报考位置进行专位扣球，由教师或指定考生（二传）在2，3号位之间传球，教师在同边后场给一传，每个考生连续扣球10次，按规定区域直线，斜线各5次，快攻无线路区域要求，每成功一次1分。

（2）技评要求和标准：起跳充分，扣球有力，位置准确，快攻有速度有力量。

**3、二传传球（20分：技评）**

（1）测试方法：教师在后排任何位置上供球，考生在进攻线准备，传4号位调整球2个、2号位背调整2个、短平快2个、近体快2个、背快2个、共10个一球。要求传到规定区域内。

（2）技评要求和标准：判断准确，传球动作协调，传球到位。

**4、发球（10分；达标5分，技评5分）**

（1）测试方法：考生自选一种攻击性发球技术。上手球连续发球10次，要求按照规定区域，直线，斜线各5次，每成功一次0.5分。跳发球连续发球5次无区域要求每成功一次1分。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  |

（2）技评要求和标准：上手球动作连贯协调，发力集中，落点准确到位，跳发球有速度有力量发力动作协调流畅

**5、自由人-6号位专位防守（30分：技评）**

（1）测试方法：自由防守队员站在6号位，单人防守（扣球者为教师）。时间为2-3分钟。要求判断，取位准确，动作敏捷；防起球要有一定质量，目的性明确；倒地救球动作运用合理；起球有一定的质量。（扣球者要有轻、重、左，右，打吊结合）

（2）技评要求和标准：根据以上要求完成情况。

**6、自由人接发球（20分：达标10分，技评10分）**

（1）测试方法：考生接老师（或指定人员）的攻击性发球，要求点击到规定的区域（2、3号位之间，二传能组织战术）。共10次。

（2）技评要求和标准：判断准确，动作协调垫球到位。

**（三）实战能力（30分）**

**1．技术运用能力（10分）**

测试方法：分组六对六（四对四）对攻比赛（由教师抛球），主要考核考生的技术运用能力。

**2.战术意识（10分）**

测试方法：在对抗或比赛中，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，击球的准确性和目的性，技术运用的合理性及其技术运用的综合效果。

**3.比赛作风（10分）**

 测试方法：在对抗或比赛中，考委根据考生比赛作风进行评定，包括积极主动、相互合作、情绪高涨、顽强程度等综合表现的效果。

**乒乓球、羽毛球**

**一、测试内容**

实战比赛：分组循环结合淘汰。

**二、分组依据**

分组依据为报名时符合审核要求的比赛成绩，依次为：

1、中国乒乓球（羽毛球）协会组织的比赛、全国学生运动会比赛、全国中学生锦标赛、各省市自治区（直辖市）比赛。

2、同一比赛名次排列顺序：先单打、后双打。

3、不同年份进行的同一类别比赛，按离考试近的比赛列前。

**三、测试方法**

1、第一阶段根据考生最后确认的比赛成绩进行分类，并由电脑随机分批次抽签入组，每组3-6人，每组取2-4人参加第二阶段比赛。

2、第二阶段采用淘汰赛决出前六名，由考生自行抽签（比赛进入前16名后采用双淘汰）。

3、比赛采用五局三胜，11分制。

4、根据考生报考情况分文化“单考组”（羽毛球无此组别）和“高考组”分开比赛。

**游泳、田径**

**一、测试内容**

根据考生符合审核要求的报考项目（田径项目须与证书一致，游泳项目须泳姿与证书一致）进行测试。

**二、测试方法**

根据每项目报考人数进行分组测试，采用电子计时。

**三、执行规则**

执行国家体育总局审定的最新《田径竞赛规则》、《游泳竞赛规则》