

# 北京大学 2017 年高水平运动队各项目测试内容及要求

## 田径测试项目

序号	男子项目	女子项目
1	100 米	100 米
2	200 米	200 米
3	400 米	400 米
4	800 米	800 米
5	1500 米	1500 米
6	5000 米	5000 米
7	110 米栏 (1.067)	100 米栏 (0.84)
8	400 米栏	400 米栏
9	跳高	跳高
10	跳远	跳远
11	三级跳远	三级跳远
12	铅球 (7.26kg)	铅球 (4kg)
13	铁饼 (2kg)	铁饼 (1kg)
14	标枪 (800g)	标枪 (600g)
15	链球 (7.26kg)	
16	10000 米竞走	5000 米竞走
17	全能: 100 米、400 米、110 米栏 跳高、标枪、1500 米	全能: 100 米栏、跳高、铅球、标枪 800 米

备注:

- 1、径赛项目标准均为电动计时
- 2、凡参加过由国家体育总局或田径运动管理中心(协会)所主办的下列项目全国性比赛: 全国田径锦标赛(含室内赛、越野赛和竞走赛); 全国田径分站赛、分区赛、冠军赛、大奖赛、总决赛; 全国青年锦标赛比赛的考生不能参加测试;
- 3、入学前是普通中学在校学生, 在参加以上所列限制赛事之前, 已在教育部学生体育协会联合秘书处以中学生身份注册者, 不受此限。
- 4、对有意向的考生将由“国家兴奋剂检测中心”进行兴奋剂检测(抽检、检测费用先押后退, 结果不合格者费用自理)。
- 5、除全能项目以外考生所持有的运动员等级证书运动项目应与报考的高水平运动项目一致(原则上运动小项也应对应一致)。

## 游泳测试项目

序号	男子项目	女子项目
1	100 米自由泳	100 米自由泳
2	200 米自由泳	200 米自由泳
3	100 米仰泳	100 米仰泳
4	200 米仰泳	200 米仰泳
5	100 米蛙泳	100 米蛙泳
6	200 米蛙泳	200 米蛙泳
7	100 米蝶泳	100 米蝶泳
8	200 米蝶泳	200 米蝶泳
9	200 米混合泳	200 米混合泳

备注：

- 1、测试均为电动计时。
- 2、凡在国家体育总局游泳运动中心或中国游泳协会注册过的运动员不能参加测试。
- 3、游泳项目报名资格：高级中等教育学校毕业，获得国家一级运动员（含）以上证书且高中阶段在省级（含）及以上比赛中获得个人项目前三名者。
- 4、对有意向的考生将由“国家兴奋剂检测中心”进行兴奋剂检测（抽检、检测费用先押后退，结果不合格者费用自理）。

## 篮球测试内容及分值

测试内容：1、投篮：20分 2、三对三：30分 3、五对五：50分

### 一、投篮

评分办法：根据个人位置自主选择投篮区域（投次、中次各占10分）。2分钟自投自抢，前锋、后卫投3分（三分线6.75米距离）。中锋投2分（距离篮圈投影点4.8米）

#### 前锋、后卫3分篮评分标准：

投次	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16
中次	16	15	14	13	12	10	8	6	4	2	0
得分	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0

#### 中锋2分篮评分标准：

投次	35	34	33	32	31	30	29	28	27	26	25
中次	24	22	20	18	16	14	12	10	8	6	4
得分	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0

### 二、三对三

评分标准：考察运动员个人技术运用情况：优 30-20、良 19-10、一般 9-0

优秀：30-20：攻守能力强，特别是个人攻击力强、运用个人技术娴熟，外线人员速度快，内线人员的篮下脚步熟练。

良好：19-10：攻守能力一般，个人攻击力弱。

一般：9-0：个人攻守能力差。

### 三、五对五

评分标准：考察运动员整体配合意识：优秀 50-40、良好 39-20、一般 19-0

优秀：50-40：个人技术娴熟，运用合理，思路清晰、有团队精神、场上经验丰富、解读比赛能力强，整体中突出个人。

良好：39-20：个人技术在整体配合中运用一般，缺少整体意识。

一般：19-0：无位置感，攻守能力弱。

#### 备注：

1、在国家体育总局篮球运动管理中心注册的运动员不能参加测试。

2、篮球项目报名资格：国家二级运动员，高中阶段获省级比赛前四名主力队员；国家一级运动员或高中阶段获全国比赛前8名的主力队员。

3、男生使用7号球，女生使用6号球。

## 乒乓球测试内容及分值

本着公平、公开、公正的原则，乒乓球测试主要依据比赛成绩进行选拔。

一、比赛及测试方法：第一阶段进行分组循环，取小组前两名；第二阶段再次进行分组循环和单循环的方法，决出男、女单打比赛名次。

二、抽签及分组原则：一级运动员设为种子；同学校的考生合理分开。

### 备注：

1、凡参加中国乒乓球俱乐部超级联赛、中国乒乓球甲 A 联赛、全国乒乓球锦标赛、全国青年锦标赛以及其他国家和地区职业俱乐部所组织的职业比赛的运动员不得参加测试。

2、乒乓球项目报名资格：高中阶段获省级/直辖市单项（单打、双打、混合双打）前两名。

3、比赛用球：红双喜三星 40+，白色

## 羽毛球测试内容及分值

本着公平、公开、公正的原则，羽毛球测试主要依据比赛成绩进行选拔。

一、比赛及测试方法：男、女采用分组循环决出前八名

二、抽签及分组原则：全国中学生比赛前八名成绩设为种子；同学校的考生合理分开。

**备注：**

1、凡 15 岁（以出生年月日为准）以后在国家体育总局乒羽管理中心注册的羽毛球专业运动员不能参加测试。

2、羽毛球项目报名资格：高中阶段获省级、直辖市单项前两名（单打、双打、混合双打）、全国中学生羽毛球比赛单项前八名，团体成绩不计算。

## 健美操测试内容及分值

单人自选成套 30分	规定难度及技巧 20分	自选难度及技巧 20分	身体素质 20分	特长展示 10分
一、难度分 10分 1、男生：难度起评分除于2,达到或高于3.4分,得10分,低于起评分0.1分减1分,以此类推。 2、女生：难度起评分除于2,达到或高于2.8分,得10分,低于起评分0.1分减1分,以此类推。	一、A组规定4分 男生：托马斯转体360°成文森。 女生：锐角支撑反切成劈腿。	一、A组男生：起评分等于或高于0.9分得4分,起评分每减0.1分减1分,以此类推。 女生：起评分等于或高于0.7分得4分,起评分每减0.1分减1分,以此类推。	一、男生：连续提臀起180°,20次得4分。少一个减0.5分。 女生：连续提臀起,20次得4分。少一个减0.5分。	一、男、女个人特长风采成套1分钟±10秒。内容包括：艺术体操、街舞、中国民族舞蹈、芭蕾舞、现代舞、啦啦操、体育舞蹈、爵士舞、自由体操,满分6分。
	二、B组规定4分 男生：分腿水平支撑成文森。 女生：分腿支撑转体360°。	二、B组男生：起评分等于或高于0.9分得4分,起评分每减0.1分减1分,以此类推。 女生：起评分等于或高于0.7分得4分,起评分每减0.1分减1分,以此类推。	二、男生：连续屈体分腿跳,30次得4分。少1个减0.5分。 女生：连续屈体分腿跳,20次得4分。少一个减0.5分。	
二、完成分 10分 完成分是以扣分形式评分。针对运动员成套难度、技巧、操化动作完成情况进行减分。	三、C组规定4分 男生：转体360°屈体跳再转180°成俯撑。 女生：转体360°纵劈腿跳成劈腿。	三、C组男生：起评分等于或高于0.9分得4分,起评分每减0.1分减1分,以此类推。 女生：起评分等于或高于0.8分得4分,起评分每减0.1分减1分,以此类推。	三、男生：下肢柔韧,搭一块踏板左右纵叉贴地每项各1分,横叉2分,共计4分。 女生：下肢柔韧,搭两块踏板左右纵叉,贴地每项各1分,横叉2分,共计4分。	
	四、D组规定4分 男生：单足转体360°成垂地劈腿。 女生：单足转体360°成垂地劈腿。	四、D组男生：起评分等于或高于0.9分得4分,起评分每减0.1分减1分,以此类推。 女生：起评分等于或高于0.8分得4分,起评分每减0.1分减1分,以此类推。	四、男生：肩关节柔韧,转肩往返间距20公分得4分,每宽10公分减0.5分。 女生：肩关节柔韧,转肩往返间距为“零”得4分,每宽10公分减0.5分。	
三、艺术分 10分 ▲抄袭规定成套内容大于50%,艺术分为零分。	五、技巧手翻类4分(任选一类完成) 毽子1分、头手翻2分、前手翻3分、后手翻4分	五、技巧空翻类4分(任选一类完成) 男：团身后空翻2分、屈体后空翻4分。 女：侧空翻2分、团身后空翻4分。	五、身体形态4分 身材比例2分 形象气质2分	二、队伍配置4分
备注：评分采用国际体联竞技健美操规则。	备注：每个难度可做两次,申请做第二次,则按照第二次完成情况评判。	备注：重复规定根命名难度得零分。申请做第二次,则按照第二次完成情况评判。	备注：连续内容测试以中断为终止计算数量,未达到标准范围内记零分。	备注：风采展示的音乐、服装、器械需要自行准备。

## 评分细则：

### 一、成套 30 分

#### 1、难度 10 分

男生：难度起评分除于 2，达到或高于 3.4 分，得 10 分，低于起评分 0.1 分减 1 分以此类推。

女生：难度起评分除于 2，达到或高于 2.8 分，得 10 分，低于起评分 0.1 分减 1 分以此类推。

#### 2、艺术 10 分

艺术分主要从音乐和乐感、操化内容、主体内容、空间运用、艺术表现力 5 个方面进行评分，每个部分最多可得 2 分，总分是 10 分。

优秀 2.0 分	成套动作完美呈现
很好 1.8 分-1.9 分	成套展现出了高水平
好 1.6 分-1.7 分	成套展现出了良好水平
满意 1.4 分-1.5 分	成套展现出了中等水平
差 1.2 分-1.3 分	成套展现出了低水平
不可接受 1.0 分-1.1 分	成套展现出了不可接受水平

#### 3、完成 10 分

完成分是评价成套动作的技术技巧，包括难度动作、动作变化（操化、过渡、连接），并且是以扣分的形式评分，从 10 分起评，根据错误程度减分。

一般错误	小错误 0.1	中错误 0.2	大错误 0.3
不正确的身体姿态	0.1	0.2	0.3
不正确的身体形态	0.1	0.2	
双脚不与地面平行	0.1	0.2	0.3
双腿/双脚弯曲或分开	0.1	0.2	
手臂缺少控制	0.1		
落地缺少控制/不正确的落地	0.1	0.2	
转体不完全	0.1	0.2	0.3
不正确的技术	0.1	0.2	0.3
触地			0.3

### 二、规定难度完成减分

A 组规定难度	男：托马斯转体 360° 成文森	伸展过程中臀部未被明显支撑起来	0.2
	女：锐角支撑反切 成劈腿	成叉的动作结束时双手撑在身体同一侧的地面	0.5
		其它身体部位接触地面	0.3
B 组规定难度	男：分腿水平支撑 成文森	技术动作未至少保持 2 秒	0.5
	女生：分腿支撑转体 360°	转体没有完成完整角度	0.2
		双手没有平稳的撑在地面	0.1

C 组规定难度	男生：转体 360° 屈体跳再转 180° 成俯撑	屈体分腿跳双腿未与地面平行	0.2
	女生：转体 360° 纵劈腿跳成劈腿	劈腿跳类难度腿开度少于 180°	0.2
		手脚没有同时落地	0.3
D 组规定难度	男生：单足转体 360 成垂地劈腿	垂地劈腿未达到垂直线	0.2
	女生：单足转体 360 成垂地劈腿	转体未在脚前掌上完成	0.2
		支撑腿移动或跳动	0.3
规定技巧手翻 动作（任选一 类完成）	毬子	未在同一条直线完成动作	0.2
	头手翻	推起站立时头部未接触地面	0.3
	前手翻	结束动作时身体重心过于向前或向后	0.2
	后手翻	双手支撑过程中屈腿或分腿	0.2

### 三、自选难度完成减分举例

#### 1、A 组难度动作最低完成标准

所有 A 组难度动作在完成时不得失误。

完成减分：

小错误 0.1

中错误 0.2

大错误 0.3

#### 2、B 组难度动作最低完成标准

所有难度动作必须保持 2 秒，不能失误。

完成减分：

小错误 0.1

中错误 0.2

大错误 0.3

#### 3、C 组难度动作最低完成标准

所有 C 组以俯撑或者文森结束的动作，不能失误。

所有 C 组以单脚或双脚落地的动作，必须以站立姿态结束。

所有 C 组动作，90° 或更多度数转体不完全将被降低至少 0.1 的难度分。

完成减分：

小错误 0.1

中错误 0.2

大错误 0.3

#### 4、D 组难度动作最低完成标准

所有难度动作不能失误。

所有难度动作必须达到最低完成要求。

以垂地劈腿结束的难度动作，支撑脚不得离地。

完成减分：

小错误 0.1

中错误 0.2

大错误 0.3



## 5、技巧空翻类

除双腿以外的其它身体部位触地则为失误。

完成减分：

小错误 0.1

中错误 0.2

大错误 0.3

## 男子足球测试内容及分值

测试方法	位置	测试内容及要求	分值
第一阶段 (全天)	前锋 前卫	基本技术能力(守门员除外) 1、左右脚各2次;30m踢准进圈(半径3m圈)(5分) 2、30m冲刺跑(5分)	10分
	后卫	位置技术能力(守门员除外): 前锋、前卫:接中场球,转身左右路带球射门,各2次。 后卫:在罚球区内用头、脚解围高空来球,各2次。	10分
	守门员	守门员位置技术能力 1、球门球能力,地面和抱开各2次;手接高位球和低位球能力,各2次(10分) 2、扑球能力,左右各2次(10分) 评定考生站位、出击时机、防守成功率、一对一能力。	20分
		比赛能力考核:根据考生比赛中技战术综合能力评定。 参考标准:技战术能力(15分)、团队意识(5分)、身体条件(5分)、发展潜力(5分)。	30分
第二阶段 复试 (半天)		综合能力考试 1、5*25m折返跑。(20分)(含守门员) 2、综合能力:对抗比赛,根据综合评定最终成绩,并排名(30分)。 参考标准:技战术能力(15分)、团队意识(5分)、身体条件(5分)、发展潜力(5分)。	50分
关于测试次数说明:基本技术测试,考生每人一次测试成绩。位置技术测试,考生每人四次触球机会。第一阶段比赛时长20-25分钟;第二阶段比赛时长35-40分钟。			

### 备注:

足球报名资格:国家二级运动员,高中阶段获省级比赛前四名主力队员;国家一级运动员或高中阶段获全国比赛前八名的主力队员。