

附件 2

2023 年初升高体育特长生（女排）项目

测试内容、方法与评分标准

项目主管：司仲明

招生计划：0-1 人（其中二传 0-1 人、主攻或接应 0-1 人）

考评人员：校内（待定）、外聘（拟聘国家级排球裁判员及行业资深专家 2 名）

测试组织：司仲明、孙鑫

时间安排：2023 年 5 月 27 日

测试地点：北师大实验中学本校区体育馆（测试当天校门口有详细指示）。

考核内容	<p>一、专项素质（20 分）：助跑摸高 10 分；36 米移动 10 分。</p> <p>二、基本技术（40 分）：（技评 10 分+完成指标 30 分）</p> <p>（一）连续打防：10 分</p> <p>（二）二传 1. 二传球 15 分； 2. 发球 15 分</p> <p>（三）攻手 1. 专位扣球 15 分；2. 发球 15 分</p> <p>（四）自由人 1. 接发球 10 分； 2. 专位防守 20 分</p> <p>三、实战能力（40 分）：1. 技术动作评定；2. 技术应用；3. 战术意识；4. 比赛作风</p> <p>注：1. 二传：打防+发球+二传球；2. 攻手：打防+发球+扣球；3. 自由人：打防+接发球+接扣球</p>																						
考核方法	<p>一、专项测试执行最新排球竞赛规则。</p> <p>二、测试规则和要求：</p> <p>（一）专项素质：20 分</p> <p>1. 助跑摸高：10 分（自由人不测摸高）</p> <p>方法：采用两、三步助跑，双脚踏跳，单手摸高，每人 3 次，取最好成绩。</p> <table border="1"><tr><td>分数</td><td>10</td><td>9</td><td>8</td><td>7</td><td>6</td><td>5</td><td>4</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td></tr><tr><td>高度</td><td>2.95</td><td>2.90</td><td>2.85</td><td>2.80</td><td>2.77</td><td>2.74</td><td>2.71</td><td>2.69</td><td>2.67</td><td>2.65</td></tr></table> <p>2. 36 米移动：10 分（自由人 20 分）</p> <p>方法：测试者站在进攻线后听口令起动，先做前后移动往返两次，前进时双手触及中线，后退时双脚退过进攻线。第二次退过进攻线脚着地后（手不允许触及地面），接着做左右移动单手触及中线和进攻线，往返两次。然后钻过球网，单</p>	分数	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	高度	2.95	2.90	2.85	2.80	2.77	2.74	2.71	2.69	2.67	2.65
分数	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1													
高度	2.95	2.90	2.85	2.80	2.77	2.74	2.71	2.69	2.67	2.65													

手触及对方场区进攻线后折回，手触及出发的进攻线停表计算时间。每人测两次，取最好成绩。中途有手未触到线、前后移动时双脚未退出进攻线、钻网时触网均为犯规，出现犯规则成绩无效。

得分	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
成绩	11"2	11"6	12"	12"3	12"6	12"9	13"1	13"3	13"5	13"7

(二传和攻手评分标准)

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

(自由人评分标准)

(二) 技术测试 40分 (技评 10分+完成指标 30分)

1. 连续打防: 10分 (所有人)

方法: 两人一组, 相距 5-6 米, 进行连续打防, 球有一定力量。

(1) 连续打 连续打 10 个球, 每人两次机会。每球 0.5 分, 共 5 分

(2) 连续防 连续防 10 个球, 每人两次机会。每球 0.5 分, 共 5 分

2. 发球: 15分 (技评 5分+完成指标 10分) (自由人不测)

方法: A、上手发球、跳发飘球任选一种, 站在发球区内直线、斜线 (分别据边线三米内为有效区域) 各发 5 次, 共 10 个球。

评分:

(1) 每中 1 球得 1 分, 共计 10 分。未进区、失误不得分。

(2) 技评: 5 分 结合球的性能 (速度、力量、攻击性) 评分 5 分

B、跳发大力球, 站在发球区内, 无线路要求, 共 10 个球。

(3) 每中 1 球得 1 分, 共计 10 分。失误不得分。

技评: 5 分 结合球的性能 (速度、力量、攻击性) 评分 5 分

3. 二传球: (二传测试项目) 15分 (技评 5分+完成指标 10分)

(1) 场地设置: 在二、三号位之间画一个 2*2 米方块, 距二号位边线约 3 米。

(2) 方法: 运动员站在进攻限制线后, 移动至方块内, 传由后场抛来的球, 向四号位和二号位各传球 5 次, 要求把球传到目标区 (球筐), 距网 30--60 厘米, 距边线 30--100 厘米, 有一定高度和弧度, 适合扣球。

评分:

(1) 每中 1 球得 1 分, 共计 10 分。未进区、失误不得分。

(2) 技评: 5分 结合球性能(弧度、稳定性)和技术能力评定: 1—5分

4. 专位扣球:(攻手测试项目)。15分(技评5分+完成指标10分)(二传和自由人不测)

方法:(1) 主攻: 在四号位扣二传位传来的一般高球, 扣10次, 直线(距边线3米)和斜线(对角线上)各5次, 要求先扣斜线后扣直线。扣出的球必须有一定的力量和落在区内。二传传出的球不好可以不扣, 亦可重扣一次。

(2) 接应: 在二号位扣由二传位传来的一般高球, 扣10次, 直线(距边线3米)和斜线(对角线上)各5次, 要求先扣斜线后扣直线。扣出的球必须有一定的力量和落在区内。二传传出的球不好可以不扣, 亦可重扣一次。

(3) 副攻: 在三号位扣由二传位传来的战术球或者一般高球, 扣10次, 两条对角线上的腰线区域各5次, 要求先扣顺手线后扣转体线。扣出的球必须有一定的力量并落在制定区内。二传传出的球不好可以不扣, 亦可重扣一次。

评分:

(1) 每中1球得1分, 共计10分。未进区失误不得分。

(2) 结合球的性能(速度、力量、攻击性、扣球点高度)评分5分

5. 接发球:(自由人专项测试)15分(技评5分+指标10分)

(1) 场地设置: 在半场六号位区画一个3*3米的方块

(2) 方法: 运动员站在六号位的方块内准备, 接对方场区发过来的球, 用双手垫球接发球10次, 要求垫到二、三号位之间, 有一定的弧度, 距离球网60—80厘米的区域内(球筐)。

评分:(1) 10个球。每中1球得1分, 共计10分。未进区、失误不得分。

(2) 技评: 结合球的性能(弧度、稳定性)和考生技术能力评分。5分

6. 接扣球(自由人专项测试): 15分

方法: 运动员站在六号位准备, 接本方三号位网前向一、五号位扣过来的球, 迅速移动或倒地防守起球10次, 要求防起的球要基本到位(到二传位), 并有一定的弧度, 距离球网约1—1.5米的区域(球筐)。

评分:(1) 每中1球得1分, 共计10分。未进区、失误不得分。

(2) 技评: 5分 结合球的性能(弧度、稳定性)和考生技术能力评分 1—5分

(三) 实战能力: 40分

方法: 按考生人数和实力分组进行比赛, 通过考生在实战比赛中各项基本技术的运用能力、起球质量、动作的规范程度、场上的意识以及场上的拼搏精神和

	未来发展潜力等方面进行综合评定评分。0——40分
	满分（100）= 专项素质（20分）+ 基本技术（40分）+ 实战能力（40分）
评分标准	依据《各高校高水平运动员测试标准》和《中国青少年排球训练大纲》

学生实践创新中心

2023年5月16日