

2020 年体育学院硕士研究生复试篮球方向 运动技能测试方式和评分标准

一、方法与标准的说明

本考试方法与标准，是针对体育教育训练学\体育学专硕（篮球方向）专业研究生复试时，全面考察考生专业技能水平的技术加试方法。该方法有四项内容：第一项自投自抢五点投篮 30 分、第二项为双手胸前传球与持球突破上篮 35 分，第三项为多种运球变向 35 分，总计 100 分。考核成绩评定分为 A、B、C、D 四个等级，由考评组成员对考生的完成情况，进行公正、独立地评定分数。

二、技能评价方法与标准

（一）自投自抢五点投篮

方法：如图 1 所示，考生可选择在三分线内 1 米或三分线外从左侧零度角开始顺时针自投自抢，抢到球后运球到投篮点，每点连续投两个球，共计投篮 10 次。要求：跳投。

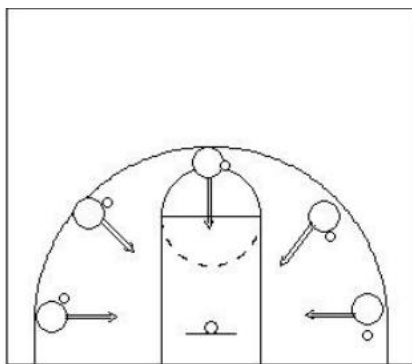


图 1

技评标准：

A 30 分—26 分 投篮动作规范、正确，出手速度快。运球技术运用合理、正确。运球与投篮动作连贯，投篮命中率高。

B 25 分—20 分 投篮动作规范、正确。运球技术运用合理、正确。运球与投篮动作比较连贯，投篮命中率较高。

C 20 分—16 分 投篮动作基本正确。偶有运球违例现象。投篮命中率一般。

D 15 分—10 分 投篮动作不规范。运球违例较多。投篮命中率低。

（二）双手胸前传球与持球突破上篮技术

方法：如图站位，考生⑤持球，⑤与④(协助者)与进行双手胸前传球，⑤进行第三次传球后，快速做摆脱动作，向底线跑去，在距离底线约 2 米处，反跑上提至标志 \otimes 处(三分线内约 1 米)，同时接④的回传球急停，从外侧做交叉步持球突破右手上篮。抢到篮板球，运球到左侧三分线外，传球给④，按上述方法重复一次，从外侧做同侧步持球突破左手上篮。

要求：接球急停面向球篮，突破不违例，球没有投中不用补篮。如没有标志物，则在标志物处画一个直径约 40 厘米的圆圈代替亦可。



技评标准：

A 35 分—31 分 传球动作正确、协调；接球急停动作平稳，动作正确，交叉步突破重心低，速度快，动作正确规范。行进间上篮动作正确、协调，命中率高。

B 30 分—26 分 传球动作正确、比较协调；接球急停动作较平稳、动作正确，交叉步突破速度较快，动作较规范。行进间上篮动作较正确、协调、命中率较高。

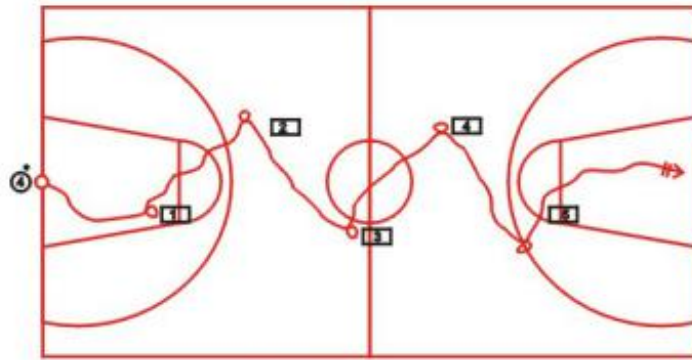
C 25 分—21 分 传球动作基本正确、协调；接球急停动作一般，交叉步突破速度一般，脚下动作不太清晰。行进间上篮动作不够协调，投篮命中率一般。

D 21 分—10 分 传球动作不正确、不协调；接球急停动作不平稳，交叉步突破动作有带球走失误。行进间上篮动作不协调，投篮命中率低。

（三）多种运球

1. 方法：从底线中点出发，右手运球至标志物 1 做体前变向换手运球，左手运球至标志物 2 做背后运球，右手运球至标志物 3 做胯下运球，左手运球至标志物 4 做后转身运球，右手运球至标志物 5 做后转身运球后上篮(右手投篮)。抢篮板球后，换手沿同样路线返回。（如下图）

2. 要求：①往返一次，每次必须投中，如不中则应补中(此时投篮的手不限)。去时用右手投篮，回来用左手投篮。②不能碰倒标志物，并在距离标志物约 1 米内做各种运球变向动作。③如没有标志物，则在标志物处画一个直径约 40 厘米的圆圈代替亦可。



技评标准：

A 35 分——31 分 各种运球变向动作正确、稳定、快速，身体用力正确协调。组合技术衔接连贯流畅。

B 30 分——26 分 各种运球变向动作正确、比较稳定和快速，身体用力比较协调。组合技术衔接较连贯流畅。

C 25 分——21 分 各种运球变向动作基本正确、身体用力较协调。组合技术衔接一般。

D 20 分——10 分 各种运球变向动作不正确、运球失误较多。身体用力不协调，组合技术衔接不流畅。

三、视频录制要求

考生自行录制视频，每项技术开始做动作前须正面对镜头，先清晰自报姓名后再开始。各项技术可以分别单独录制，也可以按顺序先后一起录制，但所提供视频不能经过任何剪辑拼接，否则经核实后该项不予计分。