

2021 年体育与健康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。

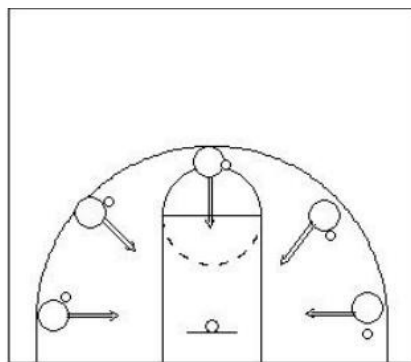


图 1

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⊗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。

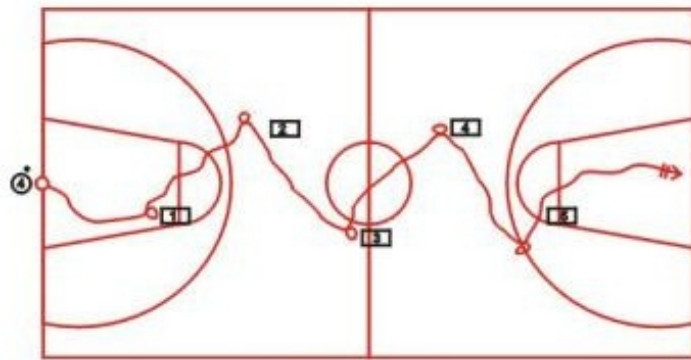
C 25 分—21 分 传球动作基本正确、协调；接球急停动作一般，交叉步突破速度一般，脚下动作不太清晰。行进间上篮动作不够协调，投篮命中率一般。

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。