

2021年体育与健康学院硕士研究生复试民族传统体育学

专项技能测试网络面试方案

一、测试方案

(一) 考生使用视频上传的方式进行考试

(二) 考试内容见“附件 1”

(三) 视频拍摄要求

1. 视频考试内容三个“指标”：

1) 自我介绍；

2) 基本功基本动作；

3) 综合技术（套路方向、散打方向、跆拳道方向、舞龙舞狮方向）。

要求：1) 按照三个指标的先后次序（自我介绍——基本功基本动作——综合技术），有序和分指标录制；

2) 用不同指标内容作为文件夹名，分别上传。

2. 视频录像的格式要求：使用一个固定机位正面全景录制或专人协助拍摄，摄像机的架设高度为离地面 120 厘米，声音和图像须同期录制，不得后期配音合成。格式的要求是：请考生使用（或转换为）如下格式视频：使用 mp4 文件格式。视频编码方式 H.264，分辨率 720P 或 1080P，帧率不低于 20 帧/秒，码率不超过 2M，立体声伴音（两个声道应该是相同的音乐）、（一般手机默认的 1080p 或者 720p 的录制分辨率即可）。

3. 视频质量要求：为保证视频清晰度，建议用 2000 万以上像素的手机或 DV 拍摄，要求考生素颜，不允许使用美颜功能。上传的视频不得采用任何剪接的方式和手段对视频进行编辑处理。拍摄过程注意画面不要晃动。专项技能展示拍摄。全景录制，考生于摄像机正前方；控制摄像设备的稳度，机随人走，注意前后呼应，上下对应。

4. 考试“指标”内容：拍摄时，考试过程必须完整，即一次性不间断录制成一个视频，不允许暂停后再继续录制，也不允许剪接或编辑，否则视为作弊，取消考试成绩；按“指标”内容分类单独拍摄，有序独立呈现，方便查找。

二、考试内容和评分标准

（一）考试内容1.

基本功基本动作

（1）武术套路方向

三种不同性质的腿法（直摆、屈伸、扫转）各不少于一种；两种以上不同的跳跃。

（2）武术散打方向

拳法（直拳、摆拳、勾拳 3 种）左右各 3 拳；腿法（侧踹腿、鞭腿 2 种）左右击靶各 10 秒；基本柔韧性等（如，横叉或纵叉可任选其一）。

（3）跆拳道方向

跆拳道腿法组合（不少于三种）

（4）舞龙舞狮方向

徒手舞龙或者舞狮动作组合（体现舞龙舞狮代表性基本动作）

2. 综合技术

（1）武术套路方向

拳术和器械任选一套（每套时间不少于 1 分钟）。

（2）武术散打方向

①在原地和行进间完成拳、腿、摔等攻防动作组合练习（连击），主要看力点和动作的协调性；

②击靶练习。一人持靶，考生采用不同的拳法、腿法及其组合击打，主要看技法和功力展示等的攻防意识和力度。

（3）跆拳道方向

高丽品势，展示自己的专业技术能力和水平。

（4）舞龙舞狮方向

持器械或道具演绎舞龙舞狮表演套路（可以配乐），展示自己的专业技术能力和水平。

（二）评分标准（满分 10 分）

1. 动作规格 6 分

凡手型、步型、身型、手法、步法、腿法、身法、跳跃、平衡和各种器械方法，与规格要求轻微不符者，每出现一次扣 0.05 分；与规格要求显著不符者，每出现一次扣 0.1 分；与规格要求严重不符者，每出现一次扣 0.2 分，一个动作出现多种错误，最多扣分不超过 0.2 分。

2. 演练技巧，如精神、节奏、风格等 2 分

凡符合精神饱满、节奏分明、风格突出的要求者，不予扣分；凡风格、节奏、精神的任何一方与要求轻微不符者，扣 0.05—0.1 分；与要求显著不符者扣 0.15—0.2 分；与要求严重不符者扣 0.25—0.3 分。

3. 功力水平，如劲力、协调等 2 分

凡劲力充足，用力顺达，力点准确，手眼身法步配合协调，动作干净利落者，不予扣分；与要求轻微不符者，扣 0.05—0.1 分；与要求显著不符者扣 0.15—0.2 分；与要求严重不符者扣 0.25—0.3 分。

（三）其他要求

1. 根据考生临场完成情况，每个指标都先以 10 分制进行评定，然后再按比例换算最后得分。

2. 考生需根据自己报考研究方向，自行选择考试内容。

说明：1）“自我介绍”：介绍姓名、学练专项经历、就读本科学校、本次自我考试的专项及其内容、视频录制的次序等（时间不少于 1 分钟，不超过 2 分钟，考察考生的语言表达能力）；

2）“基本功和基本动作”：不能少或缺类别，左右对称完成，每种类型左右各不少于 3 次（左右 6 次），扫转和跳跃动作每个不少于 2 次；

3. 散打击靶时，持把者的持靶高度应根据考生的身高情况，有高、中、低不同的靶标位置，考生需根据其靶的高度和靶面方向，符合常规的有效击打。

附件 1:

广西师范大学体育学院 2020 年民族传统体育专业硕士研究生运动技能测试评分标准

一、考试内容

(一) 基本功和基本动作 (40%)

1、武术套路方向

三种不同性质的腿法（直摆、屈伸、扫转）各不少于一种；两种以上不同的跳跃。

要求：不能少或缺类别，左右对称完成，每种类型左右各不少于 3 次（左右 6 次），扫转和跳跃动作每个不少于 2 次。

2、武术散打方向

拳法（直拳、摆拳、勾拳 3 种）左右各 3 拳；腿法（侧踹腿、鞭腿 2 种）左右击靶各 10 秒；基本柔韧性等（如，横叉或纵叉可任选其一）。

3、跆拳道方向

跆拳道腿法组合（不少于三种）

4、舞龙舞狮方向

徒手舞龙或者舞狮动作组合（体现舞龙舞狮代表性基本动作）

注：“自我介绍”指标：介绍姓名、学练专项经历、就读本科学校、本次自我考试的专项及其内容、视频录制的次序等（时间不少于 1 分钟，不超过 2 分钟，考察考生的语言表达能力）

(二) 综合技术 (60%)

1、武术套路方向

拳术和器械任选一套（每套时间不少于 1 分钟）。

2、武术散打方向

①在原地和行进间完成拳、腿、摔等攻防动作组合练习（连击），主要看力点和动作的协调性；

②击靶练习。一人持靶，考生采用不同的拳法、腿法及其组合击打，主要看技法和功力展示等的攻防意识和力度。

3、跆拳道方向

高丽品势，展示自己的专业技术能力和水平。

4、舞龙舞狮方向

持器械或道具演绎舞龙舞狮表演套路（可以配乐），展示自己的专业技术能力和水平。

二、评分标准（满分 10 分）

（一）动作规格 6 分

凡手型、步型、身型、手法、步法、腿法、身法、跳跃、平衡和各种器械方法，与规格要求轻微不符者，每出现一次扣 0.05 分；与规格要求显著不符者，每出现一次扣 0.1 分；与规格要求严重不符者，每出现一次扣 0.2 分，一个动作出现多种错误，最多扣分不超过 0.2 分。

（二）演练技巧，如精神、节奏、风格等 2 分

凡符合精神饱满、节奏分明、风格突出的要求者，不予扣分；凡风格、节奏、精神的任何一方与要求轻微不符者，扣 0.05—0.1 分；与要求显著不符者扣 0.15—0.2 分；与要求严重不符者扣 0.25—0.3 分。

（三）功力水平，如劲力、协调等 2 分

凡劲力充足，用力顺达，力点准确，手眼身法步配合协调，动作干净利落者，不予扣分；与要求轻微不符者，扣 0.05—0.1 分；与要求显著不符者扣 0.15—0.2 分；与要求严重不符者扣 0.25—0.3 分。

三、要求

1. 根据考生临场完成情况，每个指标都先以 10 分制进行评定，然后再按比例换算最后得分。
2. 考生需根据自己报考研究方向，自行选择考试内容。
3. 散打击靶时，持靶者的持靶高度应根据考生的身高情况，有高、中、低不同的靶标位置，考生需根据其靶的高度和靶面方向，符合常规的有效击打。