

2022 年广州体育学院硕士研究生复试田径方向 运动技能测试方法和评分标准

一、复试内容及分值

（一）专项技能 100 分

1. 跨栏跑（占 34%）
2. 背越式跳高（占 33%）
3. 掷标枪（占 33%）

选取跨栏跑、背越式跳高与掷标枪三个项目，在田径场内按田径竞赛规则展示该项目的完整技术并讲解其动作要点。

二、考试方法与评分标准

（一）跨栏跑

1. 考试方法

采用蹲踞式起跑，使用起跑器连续跨越 5 个栏，栏间跑三步过栏；男子栏高 91.4cm，栏间距 8.9m；女子栏高 84cm，栏间距 8.0m，每人 2 次。

2. 评分标准

（1）优秀 90-100 分

跨栏跑技术动作规范，速度快，重心高，全身协调用力，过栏动作技术好，动作衔接协调自然，技术效果好。技术要点讲解重点突出，简明扼要。

（2）良好 75-89 分

跨栏跑技术动作完成较好，速度较快，重心较高，全身用力较为协调，过栏动作技术较好，动作衔接较为流畅，技术效果较好。技术要点讲解基本能抓住重点，口头表达清楚。

(3) 中等 60-74 分

跨栏跑技术动作完成一般, 速度中等, 重心较低, 全身用力基本协调, 过栏动作技术一般, 动作衔接基本流畅, 技术效果一般。技术要点讲解较为清楚。

(4) 不及格 60 分以下

跨栏跑技术动作完成效果差, 速度慢, 重心低, 全身用力不协调, 过栏动作技术差, 动作衔接效果差。技术要点讲解不能抓住重点, 口头表达不清楚。

(二) 背越式跳高

1. 考试方法

完整的背越式跳高技术展示, 每人选择两个高度, 男子最低起跳高度 1.40m, 女子最低起跳高度 1.15m、每个高度, 两次试跳机会。

2. 评分标准

(1) 优秀 90-100 分

助跑自然, 快速有节奏, 与起跳动作结合紧密, 起跳蹬摆配合用力一致, 杆上背弓动作充分, 整体技术动作效果好。技术要点讲解重点突出, 简明扼要。

(2) 良好 75-89 分

助跑动作较为自然, 连贯, 有一定速度, 助跑与起跳动作技术结合较为紧密, 助跑起跳积极, 杆上背弓动作较好。技术要点讲解基本能抓住重点, 口头表达清楚。

(3) 中等 60-74 分

助跑动作技术一般, 速度中等, 助跑起跳结合较好, 动作衔接基本协调, 起跳用力向上, 杆上背弓动作一般。技术要点讲解较为清楚。

(4) 不及格 60 分以下

助跑动作技术效果差, 速度慢, 全身用力不协调, 助跑起跳脱节, 起跳用力不集中向上, 杆上背弓动作不明显, 整体动作效果差。技术要点讲解不能抓住重点, 口头表达不清楚。

(三) 掷标枪

1. 考试方法

完整的掷标枪技术展示, 其中男子: 800g; 女子: 600g; 每人 2 次。

2. 评分标准:

(1) 优秀 90-100 分

助跑自然快速, 投掷步动作技术规范, 节奏性好, 动作衔接协调, 鞭打动作有力, 整体技术效果好。技术要点讲解重点突出, 简明扼要。

(2) 良好 75-89 分

助跑有一定速度, 投掷步动作技术较规范, 节奏较好, 动作衔接较为协调, 鞭打动作较有力, 技术效果较好。技术要点讲解基本能抓住重点, 口头表达清楚。

(3) 中等 60-74 分

助跑速度较慢, 投掷步动作技术一般较规范, 节奏性一般, 动作衔接基本协调, 鞭打动作效果一般。技术要点讲解重点不突出, 口头表达较为清楚。

(4) 不及格 60 分以下

助跑速度慢, 投掷步动作技术效果差, 节奏性差, 动作衔接不协调不连贯, 鞭打动作技术效果差。技术要点讲解不能抓住重点, 口头表达不清楚。

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，半身特写展示近距离人像视频：左手持身份证有照片一面放置于左脸旁，先清晰介绍本人姓名、考生编号和考试专业。录像全程考生必须处于画面内，技术展示完应示意结束。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。