

(三) 女子排球 (测试地点: 北京一零一中学排球馆)

排球专项测试分专项身体素质测试、专项技术测试和教学比赛, 满分 100 分, 其中身体素质测试 20 分, 技术测试 30 分, 教学比赛 50 分。

1、身体素质测试 (20 分)

注: 自由人不参加助跑摸高

主、接应/副攻、二传、专项身体素质测试和评分标准:

(1) 助跑纵跳摸高(10 分)

考生每人测三次, 取最好成绩。

助跑摸高 单位: 厘米

分值 性别	4	5	6	7	8	9	10
女	252	257	263	268	275	283	290

(2) 36 米移动 (10 分)

每人两次, 取最好成绩。

自由人双倍积分

单位: 秒

成绩 (米)	11.4	11.9	12.4	12.9	13.3	13.5	14.0	14.4	14.9	15.4
得分	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

2、技术测试 (30 分)

类别	主攻	副攻	接应	二传	自由人
----	----	----	----	----	-----

测 试 指 标	打垫 发球 扣球	打垫 发球 扣球	打垫 发球 扣球	打垫	正、 背面 传 球、 调整 球	发球	打垫	接发球
分 值	30 分	30 分	30 分	10 分	10 分	10 分	10 分	20 分

(1) 主攻、接应

①打垫技术 (10 分)

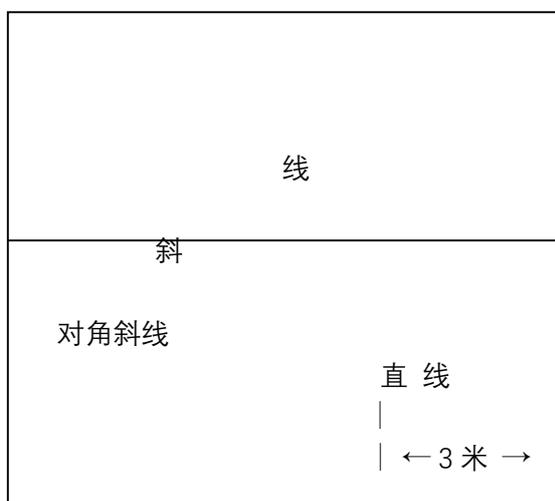
5 分钟时间，根据基本技术掌握与运用情况，现场评分。

②发球 (10 分)

考生持球在端线后，每人连续发球 5 次。发球成功一次得 2 分，根据球的性能、力量、速度、落点进行评分。

③扣球 (10 分)

测试方法：考生自己选定扣球位置。如下图，由考生（二传）在 3 号位传球，考生在 2、4 号位自己给球后助跑起跳扣球。攻手连续扣 5 次直线，再连续扣 5 次斜线，共扣球 10 次。每球 1 分共 10 分。



(2) 副攻

①打垫技术 (10 分)

5 分钟时间，根据基本技术掌握与运用情况，现场评分。

②发球技术 (10 分)

共发十个球，考生持球在端线后，每人连续发球 5 次。发球成功一次得 2 分要求发球有速度、根据球的性能、力量、速度、落点进行评分。

③扣球 (10 分)

快球、5 个，3 号位半高球 5 个。共扣球 10 次。每球 1 分共 10 分。扣球线路要求有直线、斜线的变化，根据能力现场给分。

(3) 二传

①打垫技术 (10 分)

5 分钟时间，根据基本技术掌握与运用情况，现场评分。

②发球技术 (10 分)

共发十个球，考生持球在端线后，每人连续发球 5 次。发球成功一次得 2 分要求发球有速度、根据球的性能、力量、速度、落点进行评分。

③传球技术 (10 分)

二传手在其他攻手扣球环节进行传球测试时，根据传球的技术动作传球的效果给予打分。

(4) 自由人

①打垫技术 (10 分)

5 分钟时间，根据基本技术掌握与运用情况，现场评分。

② (自由人接发球 20 分)

在其他考生发球时候在进攻线后面左右半区各接发球 5 个，共 10 个球，起球后球平稳有弧度的进入 3 号位，每球 2 分；球起高不进入 3 号位，可以调整传球的，每球 1 分；球飞出场外或过网，0 分；最高得分为 20 分。

3、教学比赛（50 分）

(1) 测试方法：视考生人数分队进行比赛。

(2) 评分标准：考评员参照实战评分表，独立对考生的技术动作规范、协调程度，运用效果，战术意识以及个人实战能力等方面进行综合评定，按 50 分制打分，所打分数至多可到小数点后 1 位。

实战评分表

等级	优	良	中	差
分值	50—43 分	42—38 分	37—30 分	29 分以下
标准	各技术动作规范协调，运用效果良好；战术意识及个人实战能力很强。	各技术动作较规范协调，运用效果良好；战术意识及个人实战能力较强。	各技术动作规范程度、协调性及运用效果一般；战术意识及个人实战能力一般。	各技术动作规范程度、协调性及运用效果较差；战术意识及个人实战能力较差。