

# 2016 年湖北经济学院高水平运动员 排球项目测试细则

## 一、测试项目与分值

| 位置       | 测试内容     |          | 分值     |
|----------|----------|----------|--------|
| 攻手及二传    | 身体素质 20% | 助跑摸高     | 10     |
|          |          | 网下三米移动   | 10     |
|          | 基本技术 40% | 两人扣防     | 10     |
|          |          | 发球       | 10     |
|          |          | 扣球（或传球）  | 20     |
|          | 实战能力 40% | 技、战术运用   | 10     |
|          |          | 战术意识     | 10     |
|          |          | 应变能力     | 20     |
|          | 自由防守队员   | 身体素质 20% | 网下三米移动 |
| 基本技术 40% |          | 防守       | 20     |
|          |          | 接发球      | 20     |
| 实战能力 40% |          | 技、战术运用   | 10     |
|          |          | 战术意识     | 10     |
|          |          | 应变能力     | 20     |

## 二、测试方法与评分标准

### （一）身体素质（20分）

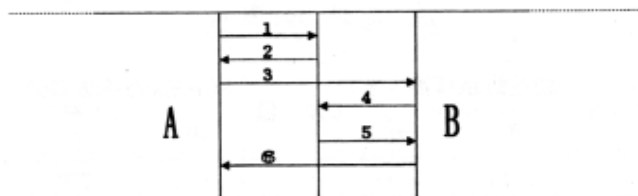
#### 1.助跑摸高

测试方法：考生以助跑双脚起跳单手摸篮板，记下绝对高度，每人摸3次，以最高一次计算成绩。

|    |            |          |            |          |            |          |            |          |            |           |
|----|------------|----------|------------|----------|------------|----------|------------|----------|------------|-----------|
| 分值 | <b>0.5</b> | <b>1</b> | <b>1.5</b> | <b>2</b> | <b>2.5</b> | <b>3</b> | <b>3.5</b> | <b>4</b> | <b>4.5</b> | <b>5</b>  |
| 男  | 3.12       | 3.14     | 3.16       | 3.18     | 3.20       | 3.22     | 3.24       | 3.26     | 3.28       | 3.30      |
| 女  | 2.62       | 2.64     | 2.66       | 2.68     | 2.70       | 2.72     | 2.74       | 2.76     | 2.78       | 2.80      |
| 分值 | <b>5.5</b> | <b>6</b> | <b>6.5</b> | <b>7</b> | <b>7.5</b> | <b>8</b> | <b>8.5</b> | <b>9</b> | <b>9.5</b> | <b>10</b> |
| 男  | 3.31       | 3.32     | 3.33       | 3.34     | 3.35       | 3.36     | 3.37       | 3.38     | 3.39       | 3.40      |
| 女  | 2.81       | 2.82     | 2.83       | 2.84     | 2.85       | 2.86     | 2.87       | 2.88     | 2.89       | 2.90      |

## 2.网下三米移动

测试方法：按图示，运动员从 A 限制线开始，移动至中线并用手触中线，回到 A 限制线并用手触 A 线，从网下穿过到 B 限制线并用手触 B 线，再到中线并用手触中线，回到 B 限制线并用手触 B 线。从网下穿过到 A 限制线。每人测试一次，必须用手触线，否则成绩无效。（分值换算见最后）



## (二) 基本技术 (40 分)

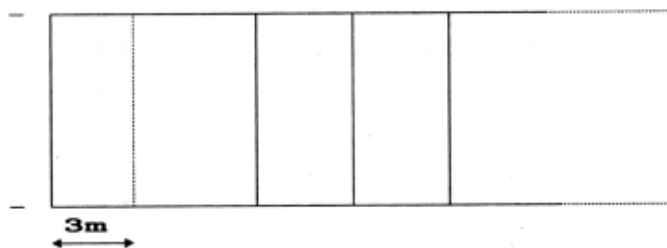
### 1.两人扣防

测试方法：考生两人一组（自由组合），一人扣球，另一人防守，连续进行。扣防过程中如采用传球或垫球过渡不算失误也不计次数。

|      |     |    |     |    |     |    |     |    |     |    |
|------|-----|----|-----|----|-----|----|-----|----|-----|----|
| 分值   | 0.5 | 1  | 1.5 | 2  | 2.5 | 3  | 3.5 | 4  | 4.5 | 5  |
| 连续次数 | 1   | 2  | 3   | 4  | 5   | 6  | 7   | 8  | 9   | 10 |
| 分值   | 5.5 | 6  | 6.5 | 7  | 7.5 | 8  | 8.5 | 9  | 9.5 | 10 |
| 连续次数 | 11  | 12 | 13  | 14 | 15  | 16 | 17  | 18 | 19  | 20 |

### 2.发球

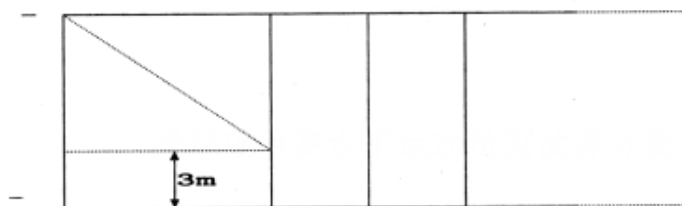
测试方法：考生在发球区内，连续发 10 个球，最后 3 个球必须发在后场区（端线往场区 3 米区域内）。每发一个有效球得 1 分，共 10 分。（后场区见下图）



### 3.扣球（攻手）

测试方法：考生自己选定扣球位置，由教师或指定考生（二传）在网前传球，共扣 10 个球，扣 5 个直线球，扣 5 个斜线球。每扣一个有效球得 1.5 分，共 15

分。根据扣球技术动作和质量，进行技术评定。优 5 分，良 3 分，及格 1 分，差 0 分，总分 20 分。（直线、斜线区域划分见下图）



#### 4.传球（二传）

测试方法：二传队员传球 15 次，测试人员扣球，其中传近体快球 2 次、半高球 2 次、平拉开 2 次、二号位背传球 2 次、四号位调整球 7 次。每传一个到位球得 1.5 分，共 15 分。根据传球技术动作和质量，进行技术评定。优 5 分，良 3 分，及格 1 分，差 0 分，总分 20 分。

#### 5.防守

测试方法：考生站在 6 号位，全场防守 15 次。由测试人员站在对方网前设立的台上进行重扣和轻吊。防起有效球 1 次，得 1 分。根据防守的技术动作和质量，进行技术评定，优 5 分，良 3 分，及格 1 分，差 0 分，总分 20 分。

#### 6.接发球

测试方法：考生站在 6 号位，接发球 10 个。由测试人员站在对方发球区发球，考生将球垫到前场区的规定区域内，每接起 1 个到位球，得 1.5 分。根据接发球的技术动作和质量，进行技术评定，优 5 分，良 3 分，及格 1 分，差 0 分，总分 20 分。

### （三）实战能力（40 分）

1. 技、战术运用 10 分，战术意识 10 分，应变能力 20 分，总分为 40 分。

测试方法：根据考生人数及其在场上位置，将考生分为不同的组（队），进行六对六（或四对四）比赛，对考生技术运用的合理性以及战术意识、应变能力、比赛作风等方面进行综合评定。

2. 注：沙滩排球考生在沙排场地进行二对二比赛。

## 分值换算表

| 网下三米移动（秒） |      | 分值  | 自由人<br>分值 |
|-----------|------|-----|-----------|
| 男         | 女    |     |           |
| 6"2       | 7"0  | 10  | 20        |
| 6"3       | 7"1  | 9.5 | 19        |
| 6"4       | 7"2  | 9.0 | 18        |
| 6"5       | 7"3  | 8.5 | 17        |
| 6"6       | 7"4  | 8.0 | 16        |
| 6"7       | 7"6  | 7.5 | 15        |
| 6"8       | 7"8  | 7.0 | 14        |
| 7"0       | 8"0  | 6.5 | 13        |
| 7"2       | 8"2  | 6.0 | 12        |
| 7"4       | 8"4  | 5.5 | 11        |
| 7"6       | 8"6  | 5.0 | 10        |
| 7"8       | 8"8  | 4.5 | 9         |
| 8"0       | 9"0  | 4.0 | 8         |
| 8"2       | 9"2  | 3.5 | 7         |
| 8"4       | 9"4  | 3.0 | 6         |
| 8"6       | 9"6  | 2.5 | 5         |
| 8"8       | 9"8  | 2.0 | 4         |
| 9"0       | 10"0 | 1.5 | 3         |
| 9"2       | 10"2 | 1.0 | 2         |
| 9"4       | 10"4 | 0.5 | 1         |