附件3：

**技能测试标准**

**一、测试指标与所占分值**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 类 别 | 专项素质 | 专项技术 | 实战能力 |
| 测 试指 标 | 助跑摸高 | 立定跳远 | 专项速度耐力 | 投篮 | 多种变向运球上篮 | 比赛 |
| 分 值 | 10分 | 10分 | 10分 | 20分 | 20分 | 30分 |

**二、测试方法与评分标准**

（一）专项素质

1. 助跑摸高（10分）

测试方法：助跑起跳摸高，摸最高点计其成绩，每人测两次，计其中一次最佳成绩（精确到厘米）。助跑距离和助跑方法不限。

评分标准：详见补充公告

2.立定跳远（10分）

测试方法：

①比赛时可以赤足，但不得穿钉鞋、皮鞋、塑料凉鞋比赛。

②运动员两脚自然分开站立，站在起跳线后，脚尖不能踩线。

③两脚原地同时起跳，不得有垫步或连跳动作。

④着地后，立即向前走出测试区。

⑤每人跳三次，以厘米为单位，不及小数。三次以最大值作为测试结果。

⑥起跳时脚尖踩线（包括因垫步、连跳等动作引起的脚尖踩线）为犯规，成绩为零；

⑦着地后，向后退，以后退的落脚点为着地点测量，如果退到无效测试区，成绩为零。

评分标准：详见补充公告

3.专项速度耐力（10分）

测试方法：受测队员8-10人为一小队同时进行测试，每小组跑完第一组记录好成绩后，休息两分钟后，第二组开始，直到完成所有3组，下一小队开始；每一次测试折返必须要有一只脚踩到边线，否则违例（加跑一趟）。

评分标准：详见补充公告

（二）专项技术

1.投篮（20分）

测试方法：以篮圈中心投影点为中心，5.5米为半径画弧，考生在弧线外进行1分钟投篮，在规定的置球架（左右）侧投篮，投篮方式不限，记投中次数。每人测两次，记其中一次最佳成绩。投篮必须在弧线外，不准踩线，踩线投篮投中无效。

评分标准：详见补充公告

2.多种变向运球上篮（20分）

测试方法：考生在球场端线中点站立，面向前场，用右手运球至①处，，以考生起动跑开始计时，在①处做背后运球变向，换左手向②处运球，至②处做左手后转身运球变向，换右手运球至③处，右手跨下运球后右手上篮。球中篮后方可用左手运球返回③处，做背后运球，换右手运球至②处做右手后转身运球变向，运球至①处左手跨下运球后左手上篮。球中后做同样动作再重复一次，回到原处停表。篮球场地上的标志①、②、③为以40厘米为半径的圆圈，①、③到端线的距离为6米、到边线的距离为2米。②在中线上并到中圈中心距离为2.8米。要求考生在考试时必须任意一脚踩到圆圈线或圆圈内地面，方可变向，否则视为无效，不予计分；运球上篮时球须投中，投不进可进行补投，若球不中仍继续带球前进，视为无效，也不予计分。运球后转身时不得持球转身，否则计时加0.5秒。原则上考生左右手各上篮两次，若违反规则，错一次追加0.5秒。每人测试二次，记其中一次最佳成绩。



评分标准：详见补充公告

（三）实战能力（30分）

测试方法：按照篮球比赛规则。

评分标准：考评员参照实战评分表（表），从动作的正确、协调、连贯程度，技、战术运用水平以及配合意识等方面，独立对考生进行综合评定。按10分制打分，所打分数小数点保留一位。

实战评分表

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 等级 | 优 | 良 | 中 | 差 |
| 分值 | 10—8.6分 | 8.5—7.6分 | 7.5—6.0分 | 6.0分以下 |
| 标准 | 动作正确，协调、连贯、实效；技术运用合理、运用效果好；战术配合意识强、实战效果较好。 | 动作正确，协调；技术运用较合理、运用效果较好；战术配合意识较强、实战效果较好。 | 动作基本正确，协调；技术运用基本合理、运用效果一般；战术配合意识一般、效果一般。 | 动作不正确，不协调；技术动作不合理、运用效果差；战术配合意识差、效果较差。 |