

# 中国地质大学（武汉）2022年高水平运动员

## 校内测试防控规定及各项目测试方案

根据湖北省和武汉市新型冠状病毒感染肺炎疫情防控指挥部相关规定，按照“外防输入、内防反弹”要求，严格落实校园疫情防控措施，做好有效防控，降低考生及工作人员感染新冠病毒的风险，切实维护广大师生生命健康和校园安全稳定，学校对来校参加测试的运动队员和工作人员作如下规定：

1. 请所有考生考前14天避免跨省、跨地区流动，做好个人体温监测，开通健康码、行程卡。省外人员入校均需执行缓冲隔离措施，实行三天两检，考试当天持“三天两检”核酸阴性证明、健康绿码、绿色行程卡、身份证、准考证、健康情况声明书进入校园。省内人员考试当天持48小时核酸阴性证明、健康绿码、绿色行程卡、准考证、身份证、健康情况声明书进入校园。

2. 目前仍处于中高风险地区的人员应暂缓来汉，确需来汉的按照武汉市疫情防控有关规定执行。因疫情等原因无法参加测试造成的后果由考生本人负责，学校不安排补考。

3. 所有参加高水平运动员招生工作的人员必须按照相关文件要求佩戴口罩，运动员测试前必须佩戴口罩，测试过程中（含准备活动）可不佩戴，测试完毕待呼吸平稳后佩戴口罩（自备口罩）；考场配备消毒酒精、免洗手液等卫生防疫用品，考生进入考场时

请自觉进行消毒。

4. 考试期间学校实行封闭管理，除考生本人外，考生家长及陪同人员不得进入西区校内。提倡家长不送考、不在考点校园门口聚集，为避免拥堵，有送考车辆到达考点后请立即驶离。

5. 参加招生考试的运动员凭准考证，健康绿码、行程绿码在校园通行，积极配合防控人员工作测量体温。

6. 考生赶考途中，严格做好沿途的个人防护，避免与外人接触。一旦发现自己或者随行人员出现发热、干咳等症状时，第一时间向自己中学老师报告，向报考的高校通报。考生应做好赶考旅途行程记录，保管好相应行程票据备查。

7. 考生在参加考试期间一旦出现发热、干咳、乏力、鼻塞、流涕、咽痛、腹泻等症状，应立即向老师或家长报告。考试过程中，出现上述症状的，应立即向考点医务人员报告，并立即送往测试隔离点进行进一步检查。

8. 所有测试场馆在测试工作开始前两天全面进行消毒，并保持良好的通风。

9. 凡在馆内进行的考试项目，根据场馆的容纳能力，运动员采取限量进场，其余待考运动员在馆外休息区等候，待考考生坐席间隔不得少于2米（或一个坐席）考生之间避免近距离接触交流。考试结束应迅速离开考点，减少人员聚集。

本规定将根据疫情发展进行调整，未尽事宜另行通知。

附件：中国地质大学（武汉）2022年高水平运动队各项目测试方案

## 附件

# 田径测试流程及评分标准

测试时间：2022年6月16日9:00-11:00

测试地点：中国地质大学（武汉）南望山校区西区田径场

### 一、测试流程：

1. 报考学生持《中国地质大学（武汉）2022年度高水平运动队测试准考证》和本人第二代身份证原件于6月16日8:30之前到中国地质大学（武汉）西区田径场主席台下报到。

2. 项目测试召集人集中考生讲解考试要求、标准及注意事项。

### 二、考试方法及内容：

1. 专项技术测试：按考生报名的项目进行考试

2. 测试顺序：

径 赛：100米、110米栏、200米、400米、400米栏、  
800米

田 赛：跳远、三级跳远

3. 测试时每道次一名运动员由三名计时员计时，测试计时按《田径竞赛规则》中的计时方法记取成绩，三块表的成绩均要有

记录。

### 三、评分标准:

按照《2022年体育单招(高校高水平运动队)考试标准》执行,具体可在中国运动文化教育网上查询。

### 四、测试要求:

1. 测试参照最新《田径竞赛规则》进行。
2. 在测试过程中考生如有作弊的现象则取消考生的成绩。
3. 测试中不能陪跑、带跑,如有上述现象将取消考生测试资格;田径测试中两弯道处须安排检查人员。
4. 若雨天不作任何调整。
5. 所有测试项目男女分别记取成绩和名次。
6. 运动员测试前和测试后都要进行摄像。
7. 所有测试运动员的成绩必须现场达到报名的相应等级及以上,即健将运动员必须现场测试达到健将,一级运动员现场测试必须达到一级,二级运动员必须达到二级,天气原因或不可抗因素除外。

# 男子篮球测试方案

**测试时间：**2022年6月16日 13:30-18:00

**测试地点：**中国地质大学（武汉）南望山校区西区体育馆主馆

## 测试说明：

1. 测试内容：包括基本技术测试、位置评估和位置技术测试两部分。

2. 测试设置：依据考生填报的场上位置，按照3号位、4号位、5号位三类分别进行考核。

3. 评分方法：根据考生的位置进行基本技术测试、位置评估和位置技术测试，按照下述计算方法，分别排序。

总成绩 = 基本技术测试成绩（40%）+ 位置评估和位置技术测试成绩（60%）

4. 报考学生持《中国地质大学（武汉）2022年度高水平运动队测试准考证》和本人第二代身份证原件于6月16日13:00之前到中国地质大学（武汉）南望山校区西区体育馆报到。

## 第一部分 基本技术测试

### 一、投篮技术

#### （一）2分钟远距离投篮（限3号位）

1. 测试意义：了解考生在不同位置远距离投篮技术的稳定性和准确性。

2. 权重：20%

3. 测试方法：

3分投篮区任意点2分钟自投自抢，记录2分钟投中3分球次数。每人测试二次，取最好成绩。

4. 要求：

(1)投篮获得篮板球后须运球至3分线外采用任何方式投篮。凡未按运球的要求，如投中，无效。

(2)测试中，不得以身体滑倒或球出场外等原因终止测试(球卡球篮除外，重新测试)，否则以自行终止时间之前投中篮次数记录成绩。

5. 评分标准：

得分	100	90	80	70	60	50	40	35	30	25	20	15	10	5	0
投中数	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0

(二) 2分钟中距离投篮(限4号位)

1. 测试意义：了解考生在不同位置近距离投篮技术的稳定性和准确性。

2. 权重：20%

3. 测试方法：

在以篮圈中心点于地面的投影点为圆心、罚球线外沿中点为半径的半圆弧线外任意点2分钟自投自抢(图1虚线外)，记录2分钟投中篮次数。每人测试二次，取最好成绩。

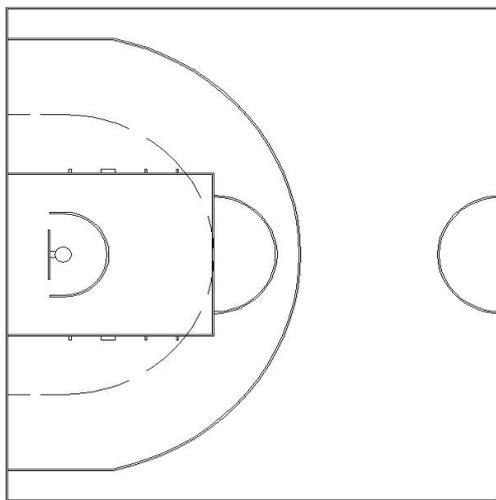


图1 中距离投篮示意图

4. 要求:

(1) 跳起投篮获得篮板球后, 须运球至该虚线外采用跳起投篮。凡未按运球或跳起投篮的要求, 如投中, 无效。

(2) 测试中, 不得以身体滑倒或球出场外等原因终止测试(球卡球篮除外, 重新测试), 否则以自行终止时间之前投中篮次数记录成绩。

5. 评分标准:

得分	100	90	80	75	70	65	60	55	50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	0
投中数	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0

(三) 30秒篮下跳起触板投篮(限5号位)

1. 测试意义: 了解考生在篮下投篮技术的稳定性和准确性。

2. 权重: 20%

3. 测试方法:

面对篮板、在篮板下方球篮一侧持球, 双脚跳起用外侧手触板投篮。中篮获得球后, 从篮板下方球篮另一侧再次双脚跳起用

外侧手触板投篮，记录 30 秒投中篮次数。每人测试二次，取最好成绩。

#### 4. 要求：

(1) 凡未按在球篮两侧轮流双脚跳起、用外侧手触板投篮的要求，如投中，无效。

(2) 未投中不再补投，如补投投中，无效。

(3) 测试中，不得以身体滑到或球出场外等原因终止测试(球卡球篮除外，重新测试)，否则以自行终止时间之前投中篮次数记录成绩。

#### 5. 评分标准：

得分	100	90	80	70	60	50	40	30	20	10	0
投中数	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10

## 二、全场综合运球上篮技术（3-5 号位）

1. 测试意义：了解考生移动中的控制球能力、运球推进速度及投篮稳定性。

2. 权重：20%（技术测试 10%，技术评定 10%）

3. 测试方法：

如图 3-2 所示，持球于端线中点外成准备姿势。

测试信号发出后，用右手运球至标识①处，在标识①处做右手背后运球，换左手向标识②处运球，至标识②处做左手后转身运球，换右手运球至标识③处，在标识③处做右手胯下运球后右手上篮。

球中篮后，用左手运球返回标识③处，在标识③处做左手背后

运球，换右手向标识②处运球，在标识②处做右手后转身运球，换左手向标识①处运球，在标识①处做左手胯下运球后左手上篮。当球从篮圈上方进入球篮，且整体穿过篮网底部时记录完成时间，并按“技术评定指标”对完成情况进行考核评分。每人测试二次，按“技术测试”最好成绩取“技术评定”成绩。

#### 4. 要求：

(1) 必须按规定的方法、线路、顺序完成运球和投篮，否则成绩无效，不予计分；

(2) 不得违反《篮球规则》关于运球的规则规定，每违反一次，扣除“技术评定”2分（10分制，下同）；

(3) 投篮未中，须补中，否则成绩无效，不予计分；

(4) 必须任意一脚踩到圆圈线或圆圈内地面，方可运球变向，否则成绩无效，不予计分。胯下变向运球时，必须从体前由内侧向外侧变向运球换手，且双脚不得离开地面，每违反一次，扣除“技术评定”1分；

(5) 标识①、②、③为半径40厘米的圆圈。①、③圆圈中心点至端线内沿距离为6米，至边线内沿的距离为2米。②在中线上，至中圈中心点的距离为2.8米。

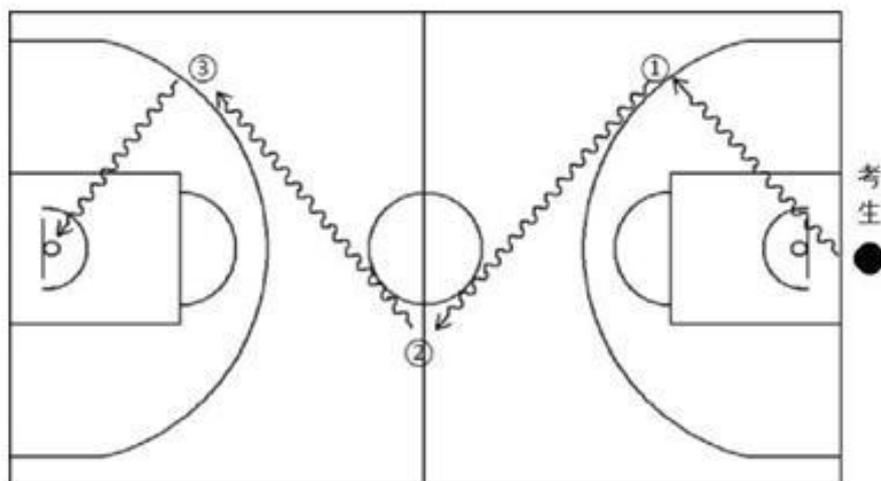


图 3-2 多种变向运球上篮示意图

5. 评分标准:

(1) 技术测试 10%(注: 当计时成绩小数点后为奇数时, 进位邻近较大值)

得分	100	98	96	94	92	90	88	86	84	82	80
(秒)	17.0	17.2	17.4	17.6	17.8	18.0	18.2	18.4	18.6	18.8	19.0
得分	78	76	74	72	70	68	66	64	62	60	
(秒)	19.2	19.4	19.6	19.8	20.0	20.2	20.4	20.6	20.8	21.0	
得分	58	56	54	52	50	48	46	44	42	40	
(秒)	21.2	21.4	21.6	21.8	22.0	22.2	22.4	22.6	22.8	23.0	
得分	38	36	34	32	30	28	26	24	22	20	
(秒)	23.2	23.4	23.6	23.8	24.0	24.2	24.4	24.6	24.8	25.0	
得分	18	16	14	12	10	8	6	4	2	0	
(秒)	25.2	25.4	25.6	25.8	26.0	26.2	26.4	26.6	26.8	27.0	

## (2) 技术评定 10%

得分	技术评定指标
100-90	出发前持球站立姿势标准；起动迅速，推放球连贯快捷；背后运球，向后拉球幅度大，拍按球快速，落点准确；转身运球，拍按球、拉球转身协调、快速、重心平稳，控制球好；胯下运球，按拍球准确有力，蹬地、转体侧肩护球快速连贯，起动加速十分明显；投篮快速准确、抢篮板意识突出，转换迅速；左右手运球技术娴熟；技术动作快速、准确、稳定、流畅，节奏变化明显。
89-80	出发前持球站立姿势标准；起动、推放球较连贯快捷；背后运球，向后拉球幅度较大，按拍球较快，落点较准确；转身运球，拍按球、拉球转身较协调、速度较快；胯下运球，按拍球、蹬地、转体侧肩护球较连贯，有一定加速；左右手运球技术较准确、连贯，抢篮板意识较好；运球、投篮熟练性较前者有一定差异。
79-70	出发前持球站立姿势正确；起动、推放球速度连贯性一般；背后运球，向后拉球动作幅度、拍按球速度一般；运球转身，拍按球、拉球转身速度、协调性一般；胯下运球，按拍球、蹬地、转体侧肩护球动作速度、协调性一般，加速一般；技术动作准确性、熟练性一般，抢篮板球意识、投篮稳定性一般；运球、投篮熟练性较前者有一定差异。
69-60	出发前持球站立姿势基本正确；起动、推放球速度慢；背后运球，向后拉球动作幅度小、拍按球速度较差；运球转身，拍按球、拉球转身速度、协调性较差；胯下运球，按拍球、蹬地、转体侧肩护球动作速度、协调性差；技术动作准确性、稳定性、熟练性较差；控制球较差，左右手差异明显。
59-	出发前持球站立姿势不正确；起动、推放球速度缓慢；行进间运球过障碍速度慢，手脚配合协调性差；动作的稳定性、准确性、连贯性差；投篮、抢篮板技术动作准确性、熟练性差；左右手控制球能力差。

## 第二部分 位置评估和位置技术测试

### 一、半场三对三、全场五对五比赛

1. 测试意义：了解考生比赛中的团队配合、战术意识、心理素质、临场发挥及各位置实战攻防能力等。

2. 权重：60%（半场三对三、全场五对五比赛权重分别为 20%、40%）

### 3. 测试方法:

比赛状态下, 半场三对三、全场五对五随机组队进行比赛。

### 4. 要求:

注重比赛中的集体配合, 主要考核攻防战术意识和技战术运用的实效性。

### 5. 评分办法:

根据考生所处位置的个人攻防意识、技战术水平和能力表现等, 进行考核评分(含位置评估、身体形态等)。其中,

半场三对三比赛: 重点考核队员的攻防技术水平, 以个人攻击能力、技术娴熟程度、外线队员速度、内线队员脚步动作的运用情况为主。

全场五对五比赛: 重点考核队员的个人技术、战术意识、团队精神、场上经验、解读比赛能力以及个人技术在集体配合中的运用情况等。