上海外国语大学高水平运动队

2021年招生计划与专项测试评分标准

一、棒球

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 项目 | 计划上限 | 场上位置 | 分位置计划上限 |
| 棒球 | 5 | 投手 | 2 |
| 内外场手 | 3 |

棒球项目报名考生须参加国家体育总局组织的全国统考，考试方法及评分标准参见中国运动文化教育网。学校根据全国统考成绩分布情况及考生成绩排名，按照各位置招生计划，择优选拔，提出本校棒球项目各位置合格成绩要求，确定入选考生名单。

二、女子排球

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目 | 计划上限 | 场上位置 | 分位置  计划上限 | 身体素质  15分 | 专项技术  35分 | 综合考试  50分 |
| 女子排球 | 6 | 主攻、接应 | 4 | 助跑摸高 | 传垫打防  二、四号位扣球  发球 | 比赛 |
| 副攻 | 2 | 助跑摸高 | 传垫打防  三号位扣球  发球 | 比赛 |

专项测试合格标准：60分。

**1．身体素质测试**

**助跑摸高**：每个考生3次测试机会，取最好成绩。

**身体素质测试评分标准**

|  |  |
| --- | --- |
| 分值 | 助跑摸高(m) |
| 15 | 3.10以上 |
| 14 | 3.05-3.09 |
| 13 | 3.00-3.04 |
| 12 | 2.95-2.99 |
| 11 | 2.90-2.94 |
| 10 | 2.85-2.89 |
| 9 | 2.80-2.84 |
| 8 | 2.75-2.79 |
| 7 | 2.70-2.74 |
| 6 | 2.65-2.69 |
| 5 | 2.60-2.64 |

注：考生抽签确定测试顺序，成绩低于表内最低标准计0分。

**2．技术测试**

（1）**传垫打防**：两人一组相隔4至5米，进行传垫扣（吊）打防。要求技术动作标准，动作合理流畅，技评分高。

（2）**四号位扣球**：主攻手扣直线5个、斜线5个。

（3）**二号位扣球**：接应二传扣直线5个、斜线5个。

（4）**三号位扣球：**副攻手扣直线5个、斜线5个。

（5）**发球**：主攻手、副攻手、接应二传在同一发球位置分别发左右半区各5个球（大力跳发球不分半场）。要求有一定球速，过网点低。

**技术测试评分标准**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 位置/等级/评分 | 项目（5分） | 项目（20分） | 项目（10分） |
| 主攻、接应 | 传垫打防 | 二、四号位扣球 | 发球 |
| 副攻 | 传垫打防 | 三号位扣球 | 发球 |
| A | 5 | 17-20 | 9-10 |
| B | 4 | 13-16 | 7-8 |
| C | 3 | 9-12 | 5-6 |
| D | 2 | 5-8 | 3-4 |
| E | 1 | 1-4 | 1-2 |
| F | 0 | 0 | 0 |

**3．综合考试**

以比赛形式进行，考察考生的思想作风、比赛作风、临场意识、技术应用能力。

**综合考试评分标准**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 优  （50-43分） | 良  （42-35分） | 中  （34—26分） | 差  （25分及以下） |
| 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。 |

三、男子排球

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目 | 计划上限 | 场上位置 | 分位置  计划上限 | 身体素质  15分 | 专项技术  35分 | 综合考试  50分 |
| 男子排球 | 4 | 主攻、接应 | 1 | 助跑摸高 | 传垫打防  二、四号位扣球  发球 | 比赛 |
| 自由人 | 3 | 半米字移动 | 传垫打防  调整垫球  专位防守 | 比赛 |

专项测试合格标准：60分。

**1．身体素质测试**

（1）**助跑摸高**：每个考生3次测试机会，取最好成绩。

（2）**半米字移动**：考生面向球网，从起点（端线中点）起动，计时开始，先向1号点移动，击倒1号点标志物后，应立即返回起点并击倒起点处标志物，再向2号点移动，以此类推，直到击倒5号点标志物回到端线中点（须将每个标志物击倒，否则不计成绩），计时停止，记录完成的时间。每个考生2次测试机会，取最好成绩。

**身体素质测试评分标准**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 分值 | 助跑摸高(m) | 半米字移动(s) |
| 15 | 3.40以上 | 14”50以内 |
| 14 | 3.35-3.39 | 14”51-15”00 |
| 13 | 3.30-3.34 | 15”01-15”50 |
| 12 | 3.25-3.29 | 15”51-16”00 |
| 11 | 3.20-3.24 | 16”01-16”50 |
| 10 | 3.15-3.19 | 16”51-17”00 |
| 9 | 3.10-3.14 | 17”01-17”50 |
| 8 | 3.05-3.09 | 17”51-18”00 |
| 7 | 3.00-3.04 | 18”01-18”50 |
| 6 | 2.95-2.99 | 18”51-19”00 |
| 5 | 2.90-2.94 | 19”01-19”50 |

注：考生抽签确定测试顺序，成绩低于表内最低标准计0分。

**2．技术测试**

（1）**传垫打防**：两人一组相隔4至5米，进行传垫扣（吊）打防。要求技术动作标准，动作合理流畅，技评分高。

（2）**四号位扣球**：主攻手扣直线5个、斜线5个。

（3）**二号位扣球**：接应二传扣直线5个、斜线5个。

（4）**调整传球**：由教练抛球，自由人从五号位移动到六号位，分别向二、四号位调整垫球各五次。要求出手平稳，落点准确，误差小，技评分高。

（5）**发球**：主攻手、接应二传在同一发球位置分别发左右半区各5个球（大力跳发球不分半场）。要求有一定球速，过网点低。

（6）**专位防守**：由教练击球，自由人进行专位防重扣球和轻吊球15个。要求技术动作标准、合理，重心转换快，移动迅速，出球效果好，技评分高。

**技术测试评分标准**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 位置/等级/评分 | 项目（5分） | 项目（20分） | 项目（10分） |
| 主攻、接应 | 传垫打防 | 二、四号位扣球 | 发球 |
| 自由人 | 传垫打防 | 调整垫球 | 专位防守 |
| A | 5 | 17-20 | 9-10 |
| B | 4 | 13-16 | 7-8 |
| C | 3 | 9-12 | 5-6 |
| D | 2 | 5-8 | 3-4 |
| E | 1 | 1-4 | 1-2 |
| F | 0 | 0 | 0 |

**3．综合考试**

以比赛形式进行，考察考生的思想作风、比赛作风、临场意识、技术应用能力。

**综合考试评分标准**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 优  （50-43分） | 良  （42-35分） | 中  （34—26分） | 差  （25分及以下） |
| 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。 |