

2019 年高水平运动队女子(男子)篮球项目

测试内容及评分标准

一、测试内容、标准

(一). 投篮 (15 分)

1. 测试方法—接球投篮 (见图 1)

内线距篮筐 4.8 米 1 分钟投篮；前锋、后卫三分球 2 分钟投篮。(接球投篮，在 0 度、45 度、90 度分别放置一点，依次投篮，无论进否，必须移动到下一个点投篮)

2. 评分标准

每人两次，取最好成绩。

分值 标准 (个) 性别	15 分	14 分	13 分	12 分	11 分	9 分	7 分	6 分	4 分
	女	12	11	10	9	8	7	6	5
男	14	13	12	11	10	9	8	7	6

(二). 前锋后卫半场运球折返投篮、内线助跑摸高 (10 分)

1. 前锋后卫半场运球折返投篮 (见图 2)

(1) 测试方法:

测试者在球场右侧边线站立，面向球篮，用右手运球投篮，球离手时开始计时，球投中后再用右手运球到左侧边线中点，然后再用左手运球投篮，球投中后再用左手运球至右边线中点处，同样再重复一次，回到原处停表。每人做两次，记其中一次最佳成绩，运球时必须连续运球，如投篮不中，继续投至投中，投篮时左右手不限。

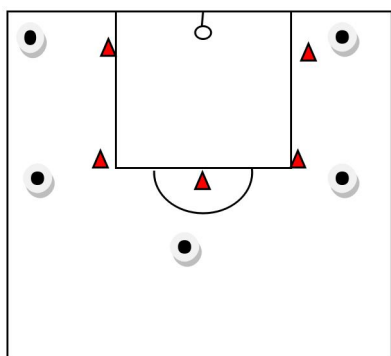


图 1

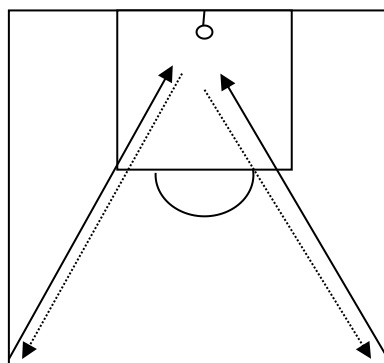


图 2

(2) 评分标准

每人两次，取最好成绩。

分值 性别标准 (秒)	10分	9.5分	9分	8.5分	8分	7.5分	7分	6.5分	6分
女	30''	30''5	31''	31''5	32''	33''	34''	35''	36''
男	28''	28''5	29''	29''5	30''	31''	32''	33''	34''

2. 内线助跑摸高

评分方法:每人两次，取最好成绩

分值 标准 (米)	10分	9.5分	9分	8.5分	8分	0分	0分	0分	0分
女	2.9	2.8	2.7	2.6	2.5	2.4	2.3	2.2	2.1
男	3.4	3.35	3.3	3.2	3.1	3			

(三) 罚篮 (15分)

罚球线上每人投十次篮，每次投篮必须在5秒之内出手，违例计算为一次投篮，有人传球。

分值 标准 (个)	15分	14分	13分	12分	11分	0	0	0	0
女(男)	8	7	6	5	4				

(四) .跳投计评 (10分)

1. 测试方法

三分线45度持球，运球至罚球线急停跳投

2. 评分标准 (计分方法: 测试的评分除去最高和最低分再计算平均分为最后得分)。

跳投运用效果评分标准

标准 分值 规格程度	优	良	中	劣
	10—8.6	8.5—7.6	7.5--6	6以下
技术效果运用	技术运用完全合理、运用效果好	技术运用合理、运用效果较好	技术运用基本合理、效果一般	技术动作不合理，运用效果差

(五).全场 5 对 5 比赛 (50 分)

评分标准 (计分方法: 测试的评分除去最高和最低分再计算平均分为最后得分)。

1. 技术运用效果 (10*2=20 分)
2. 战术配合意识 (10*2=20 分)
3. 比赛战斗作风 (10 分)

表 1 技术运用效果 10 分评分标准 (10*2=20 分)

标准 分值	优	良	中	劣
	10—8.6	8.5—7.6	7.5--6	6 以下
技术效果运用	技术运用完全合理、运用效果好	技术运用合理、运用效果较好	技术运用基本合理、效果一般	技术动作不合理, 运用效果差

表 2 战术配合意识 10 分评分标准 (10*2=20 分)

标准 分值	优	良	中	劣
	10—8.6	8.5—7.6	7.5--6	6 以下
战术效果运用	战术运用完全合理、运用效果好	战术运用合理、运用效果较好	战术运用基本合理、效果一般	战术动作不合理, 运用效果差

表 3 比赛战斗作风 10 分评分标准 (10 分)

标准 分值	优	良	中	劣
	10—8.6	8.5—7.6	7.5--6	6 以下
比赛战斗作风	勇敢顽强、敢打敢拼、胜不骄、败不馁	比较顽强、敢打敢拼、比赛中不急躁	基本上顽强、有一定的战斗作风	比赛中的作风一般、没有战斗力

二. 分组原则:

在个人技术测试中不同位置分开, 相同位置一起测试, 测试顺序按报名先后顺序进行; 对抗比赛采用随机组队分组方法。

三. 测试风险:

参加测试学生必须参加保险, 在测试中出现身体异样 (如, 心脏病等), 师

大不承担责任；在测试中如出现运动伤害（如，肢体受伤）影响测试，师大不承担责任；在对抗比赛中出现伤害事故，治疗费用由测试学生个人承担，师大不承担责任；师大队医有对受伤队员进行辅助治疗的义务，但不承担责任。参加测试学生必须测试前签订责任自负保证书。