

# 沈阳体育学院硕士研究生复试 散打项目技能测试方法和评分标准

## 一、测试内容与所占分值

散打项目技能测试采用现场演练，每一项演练内容累计时长不超过 1 分钟。

表 1 项目技能测试内容与所占分值

序号	测试项目	分值（分）	占总成绩比例（%）	备注
1	摔法技术空击演练	100	40	
2	拳腿组合技术空击演练	100	60	

总成绩计算方法：

总成绩=摔法成绩×40%+拳腿成绩×60%

## 二、测试方法与评分标准

### （一）摔法技术空击

#### 1. 测试方法

考生须在夹颈过背摔、抱腿前顶摔、接腿扫腿摔、接腿勾踢摔四种摔法技术中，任选两种摔法技术动作进行演练，以百分记，占 40%。

正面和侧面各演练 1 次，演练时间在 40 秒之内完成。

#### 2. 评分标准

表 2 摔法技术空击评分标准

评分等级	正确动作说明	分值
优秀	方法正确规范、抱摔动作连贯、整体发力顺达、身步配合协调	86-100 分
良好	方法比较正确、动作比较连贯、发力比较顺达、身步比较协调	71-85 分
合格	方法基本正确、动作连贯稍差、发力基本顺达、身步协调一般	60-70 分
不合格	动作方法错误、抱摔连贯性差、发力不够顺达、身步不够协调	60 分以下

## （二）拳腿组合技术空击

### 1. 测试方法

1 分钟拳腿组合技术空击演练。（内容包括：直拳、摆拳、勾拳、鞭拳、正蹬腿、侧踹腿、鞭腿等动作；每种动作方法可重复演练，但是不能缺少动作，每漏做一种动作方法扣 5 分）。以百分记，占 60%。

表 3 拳腿组合技术空击评分标准

评分等级	正确动作说明	分值
优秀	动作规范、快速有力、用力顺达、身步配合协调、攻防意识明显；	86-100 分
良好	动作基本规范、速度力量较好、用力基本顺达、身步配合比较协调、攻防意识比较明显；	71-85 分
合格	动作规范一般、速度力量稍差、用力比较顺达、身步配合一般、基本具有攻防意识；	60-70 分
不合格	动作不够规范、速度力量较差、用力不够顺达、身步配合不够协调、攻防意识不明显；	60 分以下