

沈阳体育学院硕士研究生复试 跆拳道项目技能测试方法和评分标准

一、测试内容与所占分值

跆拳道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	品势	100	40	
2	腿法组合技术空击	100	60	

总成绩计算方法：

总成绩=品势成绩×40%+腿法组合空击成绩×60%

二、测试方法与评分标准

（一）品势

1. 测试方法

考生任选一章跆拳道品势套路进行演练，演练时间在 1 分钟之内完成。以百分记，占 40%。

2. 评分标准

表 2 品势评分标准

评分等级	正确动作说明	分值
优秀	姿势规范、方法正确、套路娴熟、节奏分明、协调流畅、劲力充沛	86-100 分
良好	姿势比较规范、方法比较正确、套路比较娴熟、节奏比较分明、协调流畅较好、劲力比较充沛	71-85 分
合格	姿势基本规范、方法基本正确、套路基本娴熟、节奏不够分明、协调流畅一般、劲力充沛一般	60-70 分
不合格	姿势不够规范、方法不正确、套路不够娴熟、节奏不够分明、不够协调流畅、劲力不够充沛	60 分以下

（二）腿法组合技术空击

1. 测试方法

1 分钟腿法组合技术空击演练。（内容包括：下劈、横踢、推踢、后踢、双飞、旋风踢、后旋踢等方法；每种动作可重复演练，但是不能缺少动作，每漏做一种动作扣 5 分）。以百分记，占 60%。

表 3 腿法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