

# 沈阳体育学院硕士研究生复试 (摔跤) 项目技能测试方法和评分标准

## 一、测试内容

表 1 项目技能测试内容

序号	测试项目	分值 (分)	占总成绩比例 (%)	备注
1	单臂揣技术	100	30	左右两侧技术
2	夹颈背技术	100	30	左右两侧技术
3	站立技术接跪撑技术	100	40	自选技术

总成绩=单臂揣技术成绩×30%+夹颈背技术成绩×30%+站立技术接跪撑技术成绩×40%

## 二、测试方法

### (一) 单臂揣技术

#### 1. 测试方法

考生提供正面、侧面和背面三面的视频，动作在同一面展示 2 次。考生本人及所有动作必须全程、完整地出现在镜头之内，不准切换镜头。

#### 2. 评分标准

评分等级	评分方法	分值
优秀	动作完成准确，完全符合技术原理； 完成动作时，非常熟练达到自动化； 动作非常协调。	86-100分
良好	完成动作时较连贯准确，基本符合技术原理；能较熟练的完成动作；完成动作较协调准确。	71-85分
合格	完成动作时较连贯，不太准确；能完成动作；完成动作时不太协调。	60-70分
不合格	技术动作完成差；动作很不熟练、僵硬、不协调。	60分以下

### (二) 夹颈背技术

#### 1. 测试方法

考生提供正面、侧面和背面三面的视频，每个动作在同一面展示 2 次。考生本人及所有动作必须全程、完整地出现在镜头之内，不准切换镜头。

#### 2. 评分标准

评分等级	评分标准	分值
优秀	动作完成准确，完全符合技术原理；完成动作时，非常熟练达到自动化；动作非常协调。	86-100分
良好	完成动作时较连贯准确，基本符合技术原理；能较熟练的完成动作；完成动作较协调准确。	71-85分
合格	完成动作时较连贯，不太准确；能完成动作；完成动作时不太协调。	60-70分
不合格	技术动作完成差；动作很不熟练、僵硬、不协调。	60分以下

### （三）站立接跪撑技术

#### 1. 测试方法

考生提供正面、侧面和背面三面的视频，技动作在同一面展示 2 次，展示时间为 60 秒钟。考生本人及所有动作必须全程、完整地出现在镜头之内，不准切换镜头。视频能展现出考生技术的衔接完整情况。

#### 2. 评分标准

评分等级	评分标准	分值
优秀	动作连接合理、准确，完全符合技术原理；完成动作时，非常熟练达到自动化；动作衔接非常协调。	86-100分
良好	动作衔接时较连贯准确，基本符合技术原理；能较熟练的完成动作；完成动作较协调准确。	71-85分
合格	完成动作时较连贯，不太准确；能基本完成动作；两个动作完成时不太协调。	60-70分
不合格	技术动作完成差；动作很不熟练、僵硬、不协调。	60分以下