

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

散打 项目技能测试采用考生以事先录制视频形式播放展示，内容累计时长不超过 2 分钟。视频展示必须是考生本人按要求专门录制，所有动作必须全程、完整地出现在镜头之内，不准切换镜头。具体内容共包含两项：摔法技术空击，满分为 30 分；拳腿组合技术空击，满分为 70 分；总分为两项内容分数之和，满分为 100 分。详见表 1。

表 1 散打项目技能测试内容

序号	测试项目	分值（分）	占总成绩比例（%）	备注
1	摔法技术空击	100	30	
2	拳腿组合技术空击	100	70	

二、测试方法

（一）摔法技术空击

1. 测试方法

考生须在夹颈过背摔、抱腰过背摔、接腿别腿摔、接腿勾踢摔等四种摔法技术方法中任选一种方法进行演示，以百分记，占 30%。

考生提供正面和侧面（左右侧面均可）的完整空击技术动作视频，正面和侧面各展示 2 次。视频时长 30 秒以内。

2. 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）组合技术空击

1. 测试方法

30 秒拳腿组合技术空击技评。（内容包括：直拳、摆拳、勾拳、正蹬腿、侧踹腿、鞭腿等方法；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）。

2. 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