

沈阳体育学院硕士研究生复试 (足球) 项目技能测试方法和评分标准

一、测试内容

足球方向技能测试共设三项测试项目，分别是脚内侧踢地面球、脚背正面踢球和假动作过人。每一项计分按百分计，占总成绩比例分别是 40%、30%、30%。各单项测试成绩乘以百分比后相加即为最后成绩。

序号	测试项目	分值（分）	占总成绩百分比（%）
1	脚内侧踢地面球	100	40
2	脚背正面踢球	100	30
3	假动作过人	100	30

二、测试方法

（一）脚内侧踢地面球

1. 测试方法



图1 脚内侧踢地滚球技术图示

设置一块挡板或者选择一面墙壁，测试者距离挡板或墙壁垂直距离 5 米左右，使用脚内侧踢球技术连续向挡板或者墙面踢地面球。要求一脚出球（即不停球），球始终在地面滚动，左右脚都要使用，做 10 次，侧面连续拍摄，如图 1。（见图 2）

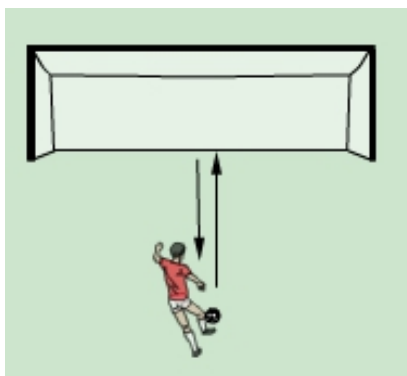


图2 测试方法图示

2. 评分标准

评分等级	评分标准	分值
优秀	动作协调规范、舒展流畅，脚型正确且固定，出球效果平稳准确。	86-100分

良好	动作协调规范，脚型基本正确且固定，出球效果较为平稳准确。	71-85分
合格	动作基本协调，脚型基本正确，但固定效果一般，出球效果不够稳定。	60-70分
不合格	动作不协调，脚型不正确，出球效果不理想。	60分以下

（二）脚背正面踢球

1. 测试方法



图3 脚背正面踢球技术图示

设置一块挡板或者选择一面墙壁，测试者距离挡板或墙壁垂直距离 15 米左右，使用脚背正面踢球技术向挡板或墙面踢球。要求踢固定球，做 3 次，在踢球腿一侧侧面连续拍摄，如图 3。（见图 4）

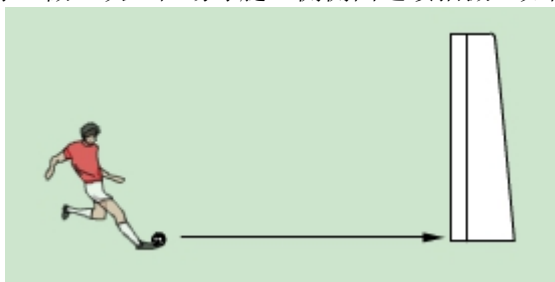


图4 测试方法图示

2. 评分标准

评分等级	评分标准	分值
优秀	动作协调规范、舒展流畅，脚型正确且固定，脚对球的包裹性强，出球效果准确有力。	86-100分
良好	动作协调规范，脚型基本正确且固定，出球效果平稳准确。	71-85分
合格	动作基本规范，脚型基本正确，但固定效果一般，出球效果不够稳定。	60-70分
不合格	动作不协调，脚型不正确，出球效果不理想。	60分以下

（三）假动作过人

1. 测试方法

测试人运球逼近标志盘，选择两种假动作（如剪刀、钟摆、牛尾巴等）突破方法过标志盘。每个动作做 2 次，正面连续拍摄。（见图 5）



图 5 测试方法图示

2. 评分标准

评分等级	评分标准	分值
优秀	运球突破时动作协调熟练、舒展流畅，假动作逼真，变向快速突然，球在自己的控制范围之内。	86-100分
良好	运球突破时动作协调熟练，假动作较为逼真，变向动作较为快速，球在自己的控制范围之内。	71-85分
合格	运球突破时动作基本协调，假动作不够清晰，球在自己的控制范围之内。	60-70分
不合格	运球突破时动作不协调，假动作不够清晰，失去对球的控制。	60分以下