

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

跆拳道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。具体内容包括：（1）品势；（2）腿法技术空击。其中，品势满分为 30 分；腿法技术空击满分为 70 分；总分为两项内容分数之和，满分为 100 分。详见表 1。

表 1 跆拳道项目技能测试内容

序号	测试项目	分值（分）	占总成绩比例（%）	备注
1	品势	100	30	
2	腿法技术空击	100	70	

二、测试方法

（一）品势

1. 测试方法

考试任意选做一个跆拳道品势套路进行演练。考生提供以正面面对镜头开始的完整品势一套。视频时长 1 分钟以内。

2. 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）腿法技术空击

1. 测试方法

40 秒腿法技术空击（内容包括：下劈、横踢、后踢、双飞、旋风踢、后旋踢等方法；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）。考生面对镜头实战姿势开始，进行结合步法的腿法空击展示，可以结合步法移动和假想实战需要，变换击打方向，面向镜头鞠躬礼结束。

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