

湘西民族职业技术学院 2024 年体育特长生 高职单招方案

为进一步推进我校体育后备人才的培养，规范特长生的招生工作，根据湖南省教育厅《关于做好湖南省 2024 年高职（高专）院校单独招生工作的通知》（湘教发〔2023〕49 号）文件要求，结合学校实际，特制订本招生方案。

一、招生项目与计划

我校体育特长生招生计划严格按照湖南省教育厅有关规定执行，计划总数 2150 人。体育特长生计划 25 人。具体各项目计划如下：

类别	项目	具体小项目及性别要求	计划数
体育特长生	体育舞蹈		2
	啦啦操		2
	篮球	男：5 女：5	10
	田径		3
	乒乓球	男：1 女：1	2
	羽毛球	男：1 女：1	2
	民族武术		4
合 计			25

二、报考条件

1. 符合我省 2024 年普通高考（含对口招生考试）报名条件并已参加高考报名；

2. 原则上近三年获得市州级相关体育比赛个人比赛前 6 名，集体比赛前 6 名的主力队员；或具备运动员二级证书；或省级及以上级别比赛获得前八名的考生。

三、报考流程

- 1、参加全省单招统一报考。
- 2、报名时间：2024 年 2 月 27 日—3 月 5 日（志愿）。
- 3、注意事项（如选填报考类别等）。

四、资格审查

学生在 2023 年 3 月 5 日 前，将《湘西民族职业技术学院体育特长生登记表》、学生本人身份证（正反面照片）、运动员二级证书、获奖证书及获奖文件等证明材料，通过电子邮件方式（邮件地址：xxzyzsc@126.com），提交至我校招生办公室进行审核（注：邮件中留下联系电话，如需要提供原件另行通知）。审核通过后方可取得体育特长生报考资格，未通过的考生只能报考我校普通类别单招。

五、现场确认

取得特长生报考资格的考生，请于考试当天，在我校专项测试开始前，进行现场确认。确认要求：考生于考试当天 13:30-14:00，在湘西民族职业技术学院文体中心田径场东门，携带本人有效身份证进行现场确认，迟到 15 分钟以上及无身份证的考生不得参加考试。

六、专项测试

1. 测试时间及地点。我校体育特长生专项测试安排在 2024 年 3 月 17 日下午 14:00-16:00（暂定，具体时间以准考证为准），具体测试地点为：考生在湘西民族职业技术学院体育场东门检录点进行检录后参加体育专项测试。

2. 测试流程及方式。

（1）13:30 进行现场确认

（2）14:00 集合进行分专项测试，测试迟到 15 分钟以上以“缺考”处

理；考试过程中要求考生按照测试人员要求进行有序测试，如出现扰乱测试秩序、代考等违纪违规行为，按相关规定进行处理。

3. 各项目的测试内容及要求如下：

(1) 男子篮球项目

- a、定点投篮
- b、运球往返上篮
- c、全场（或半场）比赛

(2) 羽毛球项目

- a、正手击高远球
- b、正手吊球
- c、杀球
- d、实战能力

(3) 田径项目

根据各田径专项进行测试，竞赛项目为手动计时。

(4) 乒乓球项目

- a、定点发球
- b、正手对攻
- c、搓球起板
- d、实战能力

(5) 健美操（啦啦操）项目

- a、基本形态
- b、基本技术
- c、综合能力

(6) 体育舞蹈（国标舞）项目

- a、形体素质测试
- b、专业能力测试
- c、舞蹈展示

七、合格考生名单确定与公示

1. 我校将根据计划数的 1.0 倍确定专项测试合格标准，取得合格资格的考生参与后续录取，未取得合格资格的考生不能录取到特长生。

2. 合格标准及取得合格资格考生名单将于专项测试后 5 个工作日内在我校官方网站予以公布。

八、录取原则

1. 体育特长生可选择我校高职单招任意一个招生专业，我校将按照分数优先、遵循志愿的原则进行录取。同一个招生专业录取体育特长生的人数分别不超过 1 人。

2. 综合成绩计算方式：综合成绩=文化素质测试成绩+专项测试成绩。文化素质测试总分为 300 分，专项测试成绩总分为 300 分。

3. 录取办法：严格按照专业小项的计划数，依据取得合格资格考生的综合成绩从高分到低分进行排序录取，某专业小项生源不足时，所剩计划不用于录取其他专业小项的学生，转为录取普通类单招考生。

4. 未被体育特长生录取的考生，如参加了我校普通类考生的职业技能测试，还可以参加普通类录取。

九、入校复查

新生入学后 3 个月内，学校按照招生政策规定对新生报名资格、身心状况、录取手续及程序、录取资格、优惠资格及相关证明材料等进行复查复核。对复查复核发现的问题，学校将集中研究处理，凡属弄虚作假者，一经查实，取消其入学资格。对于弄虚作假情节严重或涉嫌冒名顶替上大学的，移送相关部门调查处理。

十、监督机制

我校纪委对特长生招生考试工作进行全程监督，如发现我校特长生招生工作存在违纪违规行为，请直接向我校纪委反映，监督电话：0743-8535338。

十一、联系方式

我校体育特长生招生考试工作由招生部门牵头，具体专项测试由招生、教务、体育相关院系共同组织实施。

联系人及联系方式：曾洁 0743-8535333

十二、其他事项

本方案适用于我校 2024 年体育特长生高职单招。其解释权属于湘西民族职业技术学院。如遇教育部、湖南省教育厅相关招生政策调整，以公布的最新政策为准。

附件：湘西民族职业技术学院 2024 年体育特长生专项测试办法及评分细则

湘西民族职业技术学院

2024 年 1 月 25 日

附件：

湘西民族职业技术学院 2024 年 体育特长生专项测试办法及评分细则

一、男子篮球项目（总分 100 分）

1、定点投篮（15 分）

测试方法：以篮圈中心投影点为中心，5.5 米为半径画弧，考生在弧线外进行 60 秒钟自投自抢，投篮方式不限，投中次数分数和技术评定分数相加。每人测两次，记其中一次最佳成绩。

投中	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0
分数	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0

技评

分数	5—4 分	4—3 分	3—2 分	1 分
技术规格	动作正确，协调、连贯、实效	动作正确，协调	动作基本正确，不协调	动作不正确，不协调

2、运球往返上篮（15 分）

测试方法：由球场右侧边线中点开始，面向球篮以右手运球上篮，同时开始计时，球投中篮后，还以右手运至左侧边线中点，然后折转换左手运球上篮，投中篮后，还以左手运至右侧边线中点，再折转重复上述运球上篮过程一次，最后回到右侧边线中点的起点处停表。

要求：连续运球，不得远推运球上篮；必须投中后才能继续运球，投不中要继续再投，直到投中；上篮的手不加限制；不得有任何违例动作。

时间（秒）	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
分数	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

3、全场（或半场）比赛（70分）

测验方法：根据考生人数和实际情况，进行全场或半场的编队比赛，测验考生的技术和战术的运用能力，比赛时间以能够全部观察、了解每个考生的情况而定。如遇人数不足情况，可采用模拟方式测试考生实战能力。评定的内容有：

（1）个人进攻能力：观察进攻技术运用的合理性和熟练程度。重点看投篮、突破和传球。

（2）个人防守能力：观察个人防守、协同防守和防守能力。

（3）战术意识：观察比赛中攻守转换意识、位置意识和个人战术行动的能力。

评分标准：

优秀：较好地做到以上三项（60—70分）

良好：较好地做到以上两项（45—59分）

合格：三项中有一项较好（30—44分）

不合格：三项皆差（30分以下）

二、羽毛球项目（总分100分）

1、正手击高远球（10分）

测试方法：考生在本场地内，接对方发球，正手将球回至对方场地，连续击打5个，要求动作协调，发力正确，击球点高，回球有高度和较大弧度，落点控制在对方场地的端线和双打的后发球线之间。

评分标准：考官结合握拍、脚步动作、发力、拍面、击球点、球的高度、弧度、落点及规则等因素来评定每球得分，得分共分5个档次，依次为2分、1.5分、1分、0.5分、0分。

2、正手吊球（10分）

测试方法：考生在本场地内，接对方发球，运用吊球技术将球回至对方网前场地，连续击打5个（3个直线、2个斜线），要求吊球动作协调，有欺骗性，控制好球的线路和弧度，落点质量高。

评分标准：考官结合脚步动作、挥拍发力、拍面、击球点、球的速度、弧度、落点及动作的欺骗性等因素来评定每球得分，得分共分5个档次，依次为2分、1.5分、1分、0.5分、0分。

3、杀球（10分）

测试方法：考生在本场地内，接对方发球，双脚起跳将球杀至对方场地，连续杀球5个（3个直线、2个斜线），要求动作协调，起跳充分，击球点高，杀球力量大，线路和落点质量高。

评分标准：考官结合脚步动作、挥拍发力、拍面、击球点、球的力量、速度、弧度、落点等因素来评定每球得分，得分共分5个档次，依次为2分、1.5分、1分、0.5分、0分。

4、实战能力（70分）

以比赛形式，评定考生的攻防能力和运用各种技术的能力，以及临场调整战术和心态、双打配合意识等能力。

分值	56-70	40-55	25-39	25以下
测试要求	个人技术及战术运用合理，能力强，比赛意识好	个人技术较好、战术运用较合理，能力较强，比赛意识较好	具备一定个人技术，战术运用基本合理，能力一般，比赛意识一般	个人技术较差，战术运用不合理，比赛意识较差

三、田径项目（总分100分）

测试方法：考生可以从以下开设的田径项目中任选一项参加考试。

项目	100米		200米		400米		800米		1500米	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
100	10"5	12"6	21"9	26"2	50"0	1'00"0	2'03"4	2'27"0	4'15"5	5'23"
98	10"6	12"8	22"0	26"4	50"8	1'01"0	2'03"5	2'29"0	4'18"8	5'25"
95	10"7	13"0	22"2	27"0	51"0	1'02"0	2'03"6	2'30"0	4'21"0	5'33"
90	10"8	13"2	22"5	27"5	51"5	1'03"0	2'03"8	2'32"0	4'23"3	5'38"
88	11"0	13"3	22"7	27"8	52"0	1'04"0	2'04"0	2'35"0	4'25"5	5'45"
85	11"1	13"4	23"0	28"0	53"0	1'06"0	2'08"0	2'40"0	4'26"0	5'55"

80	11"2	13"5	23"5	28"2	54"0	1'08"0	2'10"0	2'42"0	4'30"0	6'05"
78	11"4	13"6	23"8	28"5	54"5	1'09"0	2'12"0	2'45"0	4'32"5	6'15"
75	11"6	13"7	24"0	28"6	55"0	1'10"0	2'15"0	2'50"0	4'33"8	6'20"
70	11"8	13"8	24"5	28"8	55"5	1'12"0	2'18"0	2'55"0	4'35"5	6'25"

项目	110米 栏(栏 高1.06 米)	100米 栏(栏 高0.84 米)	跳高(米)		跳远(米)		三级跳远(米)		铅球(米)	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男 7.26kg	女 4kg
100	15"4	15"8	1.88	1.45	6.80	5.20	14.30	11.20	12.85	11.20
95	15"8	16"2	1.86	1.42	6.75	5.15	14.20	11.10	12.50	11.10
90	16"5	16"6	1.84	1.40	6.70	5.10	14.10	11.00	12.40	11.00
85	17"0	16"8	1.82	1.38	6.65	5.05	14.00	10.90	12.30	10.80
80	17"8	17"5	1.80	1.35	6.60	5.00	13.90	10.80	12.20	10.50
75	18"0	18"0	1.78	1.32	6.35	4.80	13.65	10.70	11.75	9.80
70	18"5	19"0	1.75	1.27	6.10	4.60	13.40	10.45	11.30	9.35

项目	标枪(米)		铁饼(米)		5000米	
	男 800g	女 600g	男 2kg	女 1kg	男	女
100	50.5	38.0	50.0	40.0	15'50"	20'55"
95	50.0	36.0	49.0	39.0	16'10"	21'40"
90	49.0	35.0	48.0	38.0	16'30"	21'45"
85	48.5	34.0	47.0	36.0	16'50"	21'50"
80	48.0	33.0	46.0	33.0	17'10"	21'55"
75	44.0	29.0	38.0	31.0	17'30"	22'47"
70	40.0	25.0	30.0	28.0	17'50"	22'38"

注：竞赛项目为手动计时

四、乒乓球项目(总分100分)

(一) 测试指标与分值

类别	专项技术			实战能力
测试指标	定点发球	正手对攻	搓球起板	比赛
分值	20分	20分	30分	30分

（二）测试标准与评分标准（以右手持拍为例）

1. 专项技术

（1）定点发球（20分）

测试方法：受试者先后发3个落点总计10次球，分别为2个直线短球，4个直线长球和4个斜线长球。每发球成功一次得2分，共20分。每人测试一次。（详见评分标准）

该测试要求：

①每次发球落在指定区域（长、宽各50cm）内方为有效。

②受试者发球时，球应自然置于非持拍手掌上，手掌张开，保持静止，在球台端线或其延长线外向上近乎垂直抛球，高度不低于16cm。

③受试者在球台端线或其延长线内发球判为失误。

④受试者发球时，第一落点落在本方球台区域，之后球触网后落在对面球台区域，此球应判重发球。

⑤发球旋转种类及方式不限。

（2）正手对攻（20分）

测试方法：陪测者和受试者正手斜线对攻30秒计算受试者连续攻球成功次数，35板为20分（详见评分标准）。同时计算受试者失误次数，每失误一次扣1分，失误两次扣2分，以此类推。每人测试两次，取最佳一次成绩，如陪测人员失误应重新测试。

该测试要求：

①二人均应采用正手攻球方式击球。

②测试以受试者（或陪测者）球拍撞击球的一瞬间开始计时。

（3）搓球起板（30分）

测试方法：从陪测者发下旋球至受试者左半球台开始，受试者应分别运用搓球技术和弧圈球技术完成该组合技术。成功10次为30分（详见评分标准）。每人测试两次，取最佳一次成绩。如陪测人员失误不计失误次数。

该测试要求：

①搓球和起板两项技术均成功方算为该组合技术成功。

②起板时拍面必须保持前倾，垂直或后仰均视为失误。（4）实战能力（30分）

（4）比赛方法：主考教师组织男、女考生分别进行比赛，视情况给予相应分值。

五、健美操（啦啦操）项目（总分 100 分）

（一）测试标准及分值

指 标	基本形态	基本技术	综合能力
	体型	难 度	健美操、舞蹈啦啦操 技巧啦啦操套路动作
	形象		
分 值	10 分	50 分	40

（二）测试方法与评分标准

A 基本形态（10分）

1、体型（5分）

（1）测试方法：由考官目测。要求身材匀称，线条优美。

（2）成绩评定：根据考生的身材线条进行评分。

2、形象（5分）

（1）测试方法：由考官目测。要求五官端正，气质佳。

（2）成绩评定：根据考生的条件进行评分。

B 基本技术（共 50 分）

测试种类	具体内容				
舞蹈啦啦操	劈叉（左、右、横）前、侧、后搬腿、后桥	原地叉跳、跨跳、凌空跃、撩腿劈叉跳、倒踢紫金冠、或其他跳跃技巧。	平转、四位转、旁腿转、抱腿转或其他旋转技巧	燕式平衡前滚翻、挺身后滚翻、侧手翻、前或后软翻、侧空翻、挺身前空翻等。	每组考生临考前试听评委提供的音乐即兴完成个人舞蹈秀。
技巧啦啦操	劈叉（左、右、横）女生前、侧、后搬腿	侧手翻（女）毽子跳（男）	20个连续击掌俯卧撑（男） 20个俯卧撑（女）	3秒控倒立 团身跳	要求展示个人翻腾难度（依照啦啦操国际规则要求，原地和行进间均可）

健美操	《跳与跃》科萨克跳(女)屈体分腿跳(男)	《动力性难度》文森俯卧撑后举腿俯卧撑《静力性难度》直角支撑分腿支撑	《平衡与柔韧》垂直劈腿前搬腿平衡。	动力性难度静力性难度跳与跃平衡与柔韧任选4个难度	每个自选难度标准完成
分值	10分	10分	10分	10分	10分

C 综合能力 (40 分)

(1) 测试内容：根据啦啦操竞赛规则自编成套组合，舞蹈或技巧啦啦操风格自选，成套动作时间不超过 60 秒，音乐自备。

(2) 测试方法及要求：

舞蹈啦啦操：花球、爵士、街舞、自由舞蹈任选一种，要求：动作风格突出、成套中包含跳步、转体、平衡与柔韧、翻腾动作中至少 5 个难度动作，每类别至少有一个难度动作，操化动作具有表现力。

(3) 技巧啦啦操：要求动作风格突出，成套中包含翻腾（至少 2 个）、跳步（2 连跳）、转体动作等，操化动作具有表现力。技巧啦啦操可以进行配合考试，配合考试除完成上述要求外，必须在保证安全的前提下，完成托举动作（至少 3 个）。

健美操：竞技健美操成套动作应尽可能展示考生专项技术水平和综合能力。成套动作必须完成连续的 4×8 拍竞技健美操操化动作组合，难度动作达到 4 个以上。

成绩评定：成套动作满分为 40 分。由考评员按评分规则要求进行评分。

D 专项技术与能力

考生参加综合能力考试可以在健美操、技巧啦啦操、舞蹈啦啦操中任选一项进行。考试以单人形式完成自编成套动作，（技巧啦啦可以配合完成，音乐可选也可徒手）音乐时间 45 秒—1 分钟。

说明

1、要求考生必须穿紧身服或比赛服参加测试，严禁穿戴具有明显个人、单位或机构标识的衣服、鞋袜或者装饰（如 XXX 中学、培训机构、或特殊图案等），否则不予参加测试。

2、自编成套动作所用音乐由考生自备 U 盘，要求 U 盘上仅有本次考试所用的 1 首音乐。考试中如发生 U 盘音质不清、不读盘等问题，一律由考生本人负责。

3、参加技巧啦啦操配合考试的人员必须是具备这项竞技能力的人员，且每人只能参加一个组的考试。

六、体育舞蹈（国标舞）项目（总分 100 分）

（一）测试指标及分值

指标	形体素质测试	专业能力测试	舞蹈展示	总分
分值	10 分	20 分	70 分	100 分

（二）测试方法与评分标准

1、形体素质测试

考评员目测体育舞蹈艺考考生身体各部分的比例、形态、外貌及气质。根据“颈长、臂长、腿长，上身短”的标准进行综合评定。考评员根据目测结果打分，用身高测量仪测出体育舞蹈艺考考生身高后进行评分。

2、专业能力测试

（1）软开度测试：劈叉（左、右、横）；搬腿（左右腿的前、旁、后搬腿）；下腰。

（2）平转：完成左、右侧平转。

（3）小跳：并脚起跳。

3、舞蹈展示

考生从体育舞蹈（国标舞）的 10 个舞种（伦巴、恰恰、牛仔、桑巴、斗牛、华尔兹、探戈、维也纳华尔兹、狐步舞、快步舞）中任选 3 个舞种进行展示，每个舞种的展示时间不少于 1 分 15 秒。

说明：1、考生穿紧身练功服参加测试，不可穿比赛服装；

2、音乐由考务组统一播放。

七、民族武术（总分 100 分）

一、考核指标及所占分值

类别	专项素质	专项技术		实战能力	
考核指标	立定跳远	正踢腿	腾空飞脚	拳术	器械
分值	20 分	10 分	10 分	30 分	30 分

二、考试方法与评分标准

（一）专项素质

1. 立定跳远

（1）考试方法：考生两脚原地站立起跳，不能有预跳或踩线，以身体任何部位着地最近点为测量点，每人测试 2 次，取最好成绩。

（2）评分标准：见表 1-1，表 1-2。

表 1-1 立定跳远评分表（男）

分值	成绩(厘米)	分值	成绩(厘米)	分值	成绩(厘米)	分值	成绩(厘米)
20.0	300	16.0	280	12.0	260	8.0	240
19.8	299	15.8	279	11.8	259	7.8	239
19.6	298	15.6	278	11.6	258	7.6	238
19.4	297	15.4	277	11.4	257	7.4	237
19.2	296	15.2	276	11.2	256	7.2	236
19.0	295	15.0	275	11.0	255	7.0	235
18.8	294	14.8	274	10.8	254	6.8	234
18.6	293	14.6	273	10.6	253	6.6	233
18.4	292	14.4	272	10.4	252	6.4	232
18.2	291	14.2	271	10.2	251	6.2	231
18.0	290	14.0	270	10.0	250	6.0	230
17.8	289	13.8	269	9.8	249	5.8	229
17.6	288	13.6	268	9.6	248	5.6	228
17.4	287	13.4	267	9.4	247	5.4	227
17.2	286	13.2	266	9.2	246	5.0	225
17.0	285	13.0	265	9.0	245	4.8	224

16.8	284	12.8	264	8.8	244	4.6	223
16.6	283	12.6	263	8.6	243	4.4	222
16.4	282	12.4	262	8.4	242	4.2	221
16.2	281	12.2	261	8.2	241	4.0	220

表 1-2 立定跳远评分表（女）

分值	成绩(厘米)	分值	成绩(厘米)	分值	成绩(厘米)	分值	成绩(厘米)
20.0	240	15.8	219	11.6	198	7.4	177
19.8	239	15.6	218	11.4	197	7.2	176
19.6	238	15.4	217	11.2	196	7.0	175
19.4	237	15.2	216	11.0	195	6.8	174
19.2	236	15.0	215	10.8	194	6.6	173
19.0	235	14.8	214	10.6	193	6.4	172
18.8	234	14.6	213	10.4	192	6.2	171
18.6	233	14.4	212	10.2	191	6.0	170
18.4	232	14.2	211	10.0	190	5.8	169
18.2	231	14.0	210	9.8	189	5.6	168
18.0	230	13.8	209	9.6	188	5.4	167
17.8	229	13.6	208	9.4	187	5.2	166
17.6	228	13.4	207	9.2	186	5.0	165
17.4	227	13.2	206	9.0	185	4.8	164
17.2	226	13.0	205	8.8	184	4.6	163
17.0	225	12.8	204	8.6	183	4.4	162
16.8	224	12.6	203	8.4	182	4.2	161
16.6	223	12.4	202	8.2	181	4.0	160
16.4	222	12.2	201	8.0	180	—	—
16.2	221	12.0	200	7.8	179	—	—
16.0	220	11.8	199	7.6	178	—	—

（二）专项技术

1. 正踢腿

（1）考试方法：考生身体正直，挺胸、收腹、立腰。要求踢腿时，摆动腿挺膝伸直，脚尖勾起绷落；收髋猛收腹，踢腿过腰后加速，要有寸劲。

（2）评分标准：考评员参照正踢腿评分细则（表 1-3），独立对考生的技术完成情况进行评定。采用 10 分制打分，分数至多可到小数点后 1 位。

表 1-3 正踢腿评分细则

等级(分值范围)	评价准
优(10~8.6分)	凡符合摆动腿挺膝伸直,且其余三点(支撑腿挺直,上体正直,摆动腿脚尖触及额头)都符合技术要求。
良(8.5~7.6分)	凡符合摆动腿挺膝伸直,且其余三点(支撑腿挺直,上体正直,摆动腿脚尖触及额头)符合两点。
中(7.5~6分)	凡符合摆动腿挺膝伸直,且其余三点(支撑腿挺直,上体正直,摆动腿脚尖触及额头)符合一点。
差(6分以下)	凡摆动腿未挺膝伸直,或摆动腿挺膝伸直其余三点(支撑腿挺直,上体正直,摆动腿脚尖触及额头)均不符合。

2. 腾空飞脚

(1) 考试方法: 考生在空中, 左腿屈膝收控于腹前, 右腿踢摆时击响腿脚尖过肩;

击响时, 击掌、拍脚连续、准确、响亮; 上体正直或微向前倾; 落地时, 起跳脚先着地。

(2) 评分标准: 考评员参照腾空飞脚评分细则(表 1-4), 独立对考生的技术完成情况进行评定。采用 10 分制打分, 分数至多可到小数点后 1 位。

表 1-4 腾空飞脚评分细则

等级(分值范围)	评价准
优(10~8.6分)	凡符合起跳脚先着地,且其余三点(左腿屈膝,连续击掌、拍脚,摆动腿脚尖过肩)符合三点技术要求。
良(8.5~7.6分)	凡符合起跳脚先着地,且其余三点(左腿屈膝,连续击掌、拍脚,摆动腿脚尖过肩)符合两点技术要求。
中(7.5~6分)	凡符合起跳脚先着地,且其余三点(左腿屈膝,连续击掌、拍脚,摆动腿脚尖过肩)符合一点技术要求。
差(6分以下)	凡起跳脚未先着地,且其余三点(左腿屈膝,连续击掌、拍脚,摆动腿脚尖过肩)均不符合技术要求。

(三) 实战能力

拳术、器械

1. 考试方法: 考生在下述规定拳种中任选一个拳种的拳术、器械进行测试, 各占 30 分。

要求按照规定的时间在 8×14 米的场地上完成套路。

规定拳种包括：长拳、太极拳、南拳、形意拳、八卦掌、八极拳、通臂拳、劈挂拳、翻子拳、地躺拳、象形拳、查拳、花拳、炮拳、洪拳、少林拳、戳脚。

完成套路时间：太极拳及太极器械为1分30秒~2分钟；其它拳术及器械不少于1分钟。

2. 评分标准：考评员参照实战能力评分细则（表1-5），独立对考生的动作质量和演练水平进行综合评定。采用10分制打分，分数至多可到小数点后1位。

对考生未在规定时间内完成套路，将在专项技术考评分中扣除应扣分数。太极拳及太极器械类套路时间不足或超出规定时间5秒(含5秒)扣0.1分，5秒以上10秒以内（含10秒）扣0.2分，以此类推。其它拳术及器械套路时间不足规定时间2秒（含2秒）扣0.1分，2秒以上4秒以内（含4秒）扣0.2分，以此类推。

表1-5 武术套路实战能力评分细则

等级(分值范围)	评价标准
优(10~8.6分)	动作姿势规范、方法运用合理、技术、节奏分明、协调流畅、劲力充足、风格突出。
良(8.5~7.6分)	动作姿势较规范、方法运用较合理、技术较熟练、节奏处理较好、动作较流畅、劲力较充足、风格较突出。
中(7.5~6分)	动作姿势基本规范、方法运用基本合理、动作流畅性、劲力、节、风格一般。
差(6分以下)	动作姿势不规范、方法运用不合理、技术不熟练、节奏、动作协调性、劲力、拳种风格特点不突出。

湘西民族职业技术学院

2024年1月25日