**附件：2023年足球（男足）特长生实践考试项目及评分标准**

一、指导思想：为了确保本校招收足球特长生工作的顺利进行、为了检验参加测试的学生现有的足球技战术水平、为了确保公平、公正、公开的招收到人品好、学习好、踢球好的学生，在参考《学生足球运动技能等级评定标准（试行）》的同时又兼顾我校实际情况，特制定此足球特长生实践考试项目及其评分标准。

**二、 测试方法与要求**

**（一）立定跳远（10分）**

1．目的：考查受测运动员爆发力，协调性

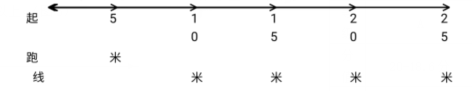
2．评定：每人3次机会，取最好成绩，成绩评定见评分标准（表1）。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **分值（分）** | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| **成绩（米）** | 2.8 | 2.65-2.79 | 2.51-2.64 | 2.4-2.5 | 2.2-2.39 | 2.1-2.19 | 2.0-2.09 | 1.9-1.99 | 1.8-1.89 | 1.7-1.79 |

**（二）5**～**25米折返跑（20分）**

1．目的：考查受测运动员起动速度、灵敏及协调性素质。

2．办法：从起（终）跑线处设立标志物，向场内直线延伸，分别在5米、10米、15米、20米和25米处各设置一个标志物。（图2）



1. 要求：测试者在起（终）跑线处采用站立式起跑，必须按规定依次用手碰倒各折返点标志物，并完成所有折返距离跑回起（终）跑线处时停表。
2. 评定：每人一次机会，成绩评定见评分标准。
3. 5～25米折返跑评分表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 分值 | 20 | 19 | 18 | 17 | 16 | 15 | 14 | 13 | 12 |
| 成绩（秒） | 32 | 32.01-  32.30 | 32.31-  32.60 | 32.61-  32.90 | 32.91-  33.20 | 33.21-  33.50 | 33.51-  33.80 | 33.81-  34.10 | 34.11-  34.40 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 11 | 10 | 9 | 8 | 7 |
| 34.41-34.70 | 34.71-35.00 | 35.01-35.30 | 35.31-35.60 | 35.61-35.90 |

**（三）一分钟颠球（10分）**

1.目的：考查运动员基本功。

2.办法：一分钟计时颠球，颠球部位必须要有脚背正面，计一分钟内颠球的总次数。

3.要求：颠球开始时必须用脚把球从地面挑起，颠球时需用左右脚正脚背部位或脚背内侧部位交替颠球，单脚连续颠球不计次数。中途球落地必须重新将球从地面挑起颠球。

4.评定：每人1次机会，成绩评定参见评分标准。

颠球评分表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **分值（分）** | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **成绩（个）** | 150 | 140 | 130 | 120 | 110 | 100 | 80 | 60 | 40 | 30 |

**（四）传接球（20分）**

1.目的：考查运动员踢球技术的掌握，踢球时的脚法和控球能力。

2.办法：考生两人一组，在4\*4平方的区域内向间隔28米外的区域内长传球。考生长传球10次，脚法不限；

3.要求：考生必须传球和接球需在区域内完成

评定：考生每人踢10次，左右脚不限。每传球成功一次得2分，第一落点超出区域不得分。

**（五）20米运球绕杆射门（20分）**

1.目的：考查运动员运球技术的掌握，运球时的速度、灵敏和控球能力。

2.办法：参考高考足球高水平加试绕杆射门

3.评定：每人两次机会，取最好成绩。成绩评定参见评分标准。

20米运球绕杆射门评分表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **分值（分）** | 20 | 19 | 18 | 17 | 16 | 15 | 14 | 13 | 12 | 11 | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 |
| **成绩**  **（秒）** | 7.2 | 7.21-7.5 | 7.51-7.6 | 7.61-7.7 | 7.71-7.9 | 7.91-8.1 | 8.11-8.3 | 8.31-8.5 | 8.51-8.7 | 8.71-8.9 | 8.91-9.1 | 9.11-9.3 | 9.31  9.5- | 9.51-9.8 | 9.81-  10 |

**（六）守门员测试方法与要求**

守门员专项测试内容：踢球、接球、扑球等技术，以及弹跳力、柔韧性实战等素质。

**1.踢远（20分）**

①目的：考查守门员发球技术、力量和控球能力。

②方法：在罚球区线上截取15米为测试场地，以横线两端分别垂直向场内划两条平行直线，并标出距离数，此两条线的纵长为60米以上。（图5）

③测试要求：手抛球用脚发球踢远。

60米

15米

图 5

④评定：每人脚发球踢远（采用踢凌空球、反弹球、定位球等方法不限）六次。

去掉最好一次和最差一次，取其中四次成绩平均值作为考生最后成绩。成绩评定参见评分标准。（表5）

踢远评分表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 分值（分） | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 成绩（米） | 55 | 50 | 45 | 40 | 35 | 30 | 25 | 20 | 15 | 10 |

1. **手抛球（10分）**

目的：考查守门员活球时快速手发球的能力。

方法**：**球区线上截取15米为测试场地，以横线两端分别垂直向场内划两条平行直线，并标出距离数，此两条线的纵长为60米以上。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 分值 | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 成绩（米） | 40 | 35 | 32 | 28 | 25 | 23 | 21 | 20 | 17 | 15 |

1. **扑接球（20分）**

①目的：考查守门员扑接球技术和身体协调能力。

②方法：守门员扑接位于罚球线外不同角度射来的10个球，由考评裁判员对其技术技能进行评定(由考评教师踢球射门)。

③要求：守门员做出各种扑接球的技术动作。

④评定：由考评教师根据评分标准进行最后评定，成绩评定参见评分标准。

（表6）守门员扑接球评分表

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 等级 | A | B | C | D |
| 分值 | 20-18.6分 | 18.5-15分 | 14.9.11分 | 10.9分以下 |
| 技术技能要求 | 技术动作规范，动作运用合理，选位意识好，身体移动快、协调 | 技术动作规范，动作运用较合理，选位意识较好，身体移动快、协调 | 技术动作基本规范，动作运用较合理，选位意识基本合理，身体移动较快、较协调 | 技术动作不规范，动作运用不合理，选位意识不合理，身体移动较慢、不太协调 |

**4坐位体前屈（10分）**

目的：测试门将的柔韧性

方法：双腿并拢，膝盖必须伸直，身体前倾，在仪器上尽量摸到最远。不允许突然性的前冲触摸。

评定：考生测试两次，取最好成绩

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 分值 | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 成绩（厘米） | 17 | 15 | 14 | 13 | 12 | 11 | 10 | 9 | 7 | 5 |

**5**～**25米折返跑（20分）参照标准同上。**

**（七）实战比赛（20分）**

每位考生根据自己所报位置和评委安排位置，在场上进行实战比赛。针对其表现对考生按照成绩进行打分评定。成绩评定参见评分标准。（表7）

表7 实战比赛评分表

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 等级 | A | B | C | D |
| 分值 | 20-16分 | 15-11分 | 10-6分 | 5-1分 |
| 技术技能要求 | 1.技术运用合理  2.对抗中接传球准确  3.位置职责明确  4.攻防转换意识强  5.跑动积极、拼抢勇猛 | 1.技术运用较合理  2.对抗中接传较球准确  3.位置职责较明确  4.攻防转换意识较强  5.跑动较积极、拼抢较勇猛 | 1.技术运用基本合理  2.对抗中接传球基本准确  3.位置职责基本明确  4.攻防转换意识基本强  5.跑动基本积极、拼抢基本勇猛 | 1.技术运用不合理  2.对抗中接传球不准确  3.位置职责不明确  4.攻防转换意识不强  5.跑动不积极、拼抢不勇猛 |