**2021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）20米绕杆跑（10分）**

1．目的：考查受测运动员加速跑和灵敏性。

2．办法：平整的场地上，起点距离第一个标志杆4米，其余杆距2米，起点距离终点20米。（图1）



图1

3．要求：听到口令后，以站立式起跑姿势从起始线开始加速跑，一次绕过间隔2米的8个标志杆，一冲过终点为结束。

4．评定：每人2次机会，成绩评定见评分标准（表1）。测试中每撞到一根杆罚时1秒，漏杆成绩无效。

表1 20米绕杆跑评分表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **分值（分）** | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| **成绩（秒）** | ≤4.9 | 5.0-5.5 | 5.6-6.0 | 6.1-6.3 | 6.4-6.5 | 6.6-6.7 | 6.8-6.9 | 7.0-7.1 | 7.2-7.4 | 7.5-7.9 |

**（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）

图2

3．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。

1. 评定：每人一次机会，成绩评定见评分标准。（表2）
2. 表2 5～25米折返跑评分表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **分值（分）** | 20 | 19 | 18 | 17 | 16 | 15 | 14 | 13 | 12 | 11 | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 |
| **成绩****（秒）** | 31＂00 | 31＂50 | 32＂00 | 32＂50 | 33＂00 | 33＂50 | 34＂00 | 34＂50 | 35＂00 | 35＂50 | 36＂00 | 36＂50 | 37＂00 | 37＂50 | 38＂00 |

**（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。（表3）

表 3 颠球评分表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **分值（分）** | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **成绩（个）** | 150 | 140 | 130 | 115 | 90 | 80 | 70 | 60 | 50 | 40 |

**（四）传接球（20分）**

1.目的：考查运动员踢球技术的掌握，踢球时的腿部力量和控球能力。

2.办法：考生两人一组，在5\*5平方的区域内向间隔10米和20米的区域内传球和接球。考生各向10米距离和20米距离传球5次，脚法不限；考生也需要在此区域内完成接球。

3.要求：考生必须传球和接球需在区域内完成，10米的传球为地滚球，20米的传球为空中球。（图3）

1. 

图3

评定：考生每人踢10次，左右脚不限。每传球成功一次得1分，接球成功一次得1分，接球动作要合理协调。

**（五）20米运球绕杆射门（20分）（守门员不参加次测试）**

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：在距起点线20米直线距离放置8根标志杆（第一根标志杆距起点线3米，每杆间距2米，最后一根标志杆距射门线3米）。

3.要求：在射门线（距球门线16米）前起脚射门，并将球射入球门内有效。球放在起点线上，球动开表，考生运球依次绕过8根标志杆后射门，球的整体越过球门线停表。

注：射门，球没有进球门（包括球打在球门立柱和横梁上）、运球漏过标志杆、射门距离不足16米均无成绩。（图4）

图 4

4.评定：每人两次机会，取最好成绩。成绩评定参见评分标准。（表4）

表4 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）** | 7.0 | 7.2 | 7.4 | 7.6 | 7.8 | 8.0 | 8.2 | 8.4 | 8.6 | 8.8 | 9.0 | 9.2 | 9.4 | 9.6 | 9.8 |

**（六）守门员能力测试（20分）**

守门员不参加20米运球绕杆射门项目的测试。守门员专项测试内容：踢球、接球、扑球等技术，以及弹跳力、反应能力等素质。

**1.踢远（10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。

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）

表5 踢远评分表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 分值（分） | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 成绩（米） | 60 | 55 | 50 | 45 | 40 | 35 | 30 | 25 | 20 | 15 |

**2.扑接球（10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）

表6 守门员扑接球评分表

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 等级 | A | B | C | D |
| 分值 | 10-8.6分 | 8.5-7.6分 | 7.5-6分 | 5.9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 |

**（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 |