

中央民族大学

2022 年高水平运动员

报考指南

二〇二一年十二月

一、专业测试安排

1. 测试时间：2022年1月11日

女子排球测试时间：上午8:30—11:30

男子排球测试时间：下午13:00—17:00

网球一、二试时间：根据报名人数、现场报到当天确定。

2. 测试地点：

排球：中央民族大学体育馆

网球：二商球馆（后附地址及行车路线）

注：考生需提前30分钟抵达测试地点，提前做好准备活动。

二、排球项目测试内容及评分标准

内容	1分	2分	3分	4分	5分	6分	7分	8分	9分	10分
助跑摸高	女排（不含自由人）				2.60m	2.65m	2.70m	2.75m	2.80m	2.85m
	男排（不含自由人）				3.05m	3.10m	3.15m	3.20m	3.25m	3.30m
专位扣球	主攻、接应：直线、斜线各5次，每球2分。直线：距边线2米；斜线：边线上距中线6米一点与对角线范围内。（共20分） 副攻：左右腰线各5次，每球3分。中线中点距边线5米范围内。（共30分）									
发球	主攻、接应、副攻、二传：落点（1号位、5号位）各5球，并有速度，每球1分。跳发：有力量、有速度。（共10分）									
一传防守	主攻、接应：1号位、5号位接发球，各5球，每球1分，（共10分） 自由人接发球：1、6、5号位接发球，各5球，每球2分（共30分），防扣、防吊共20球，每球1分（共20分）									
二传	只测试二传：传定点和战术球能力，共30分 4号位和2号位各传5个球，每个球2分；调整球（4、2号位均可）5个球，每球2分。									

比赛	40 分。比赛主要考核攻手在比赛拦防条件下的进攻突破能力；考生专位防守能力及其协调沟通能力；考生组织一攻防反能力与调整球能力以及控制比赛节奏能力；考生处理困难球能力；考生的比赛应激反应能力；考生比赛心理与情绪调节能力。
发展潜力	10 分。重点考察考生是否具备较强的专位条件与意识；是否具备比赛型运动员心理潜质。

三、网球项目测试内容及评分标准

(一) 一 试

采用随机分组比赛测试的方法。测试时根据报考的人数考官组随机将男女生各分成四组，采用小组单淘汰、抢十的赛制，男女生每组取前四名，男女生各产生前十六名。如遇男生组或女生组人数少于 30 人，不足 30 人的组别将直接进入二试。

(二) 二 试

专业测试综合成绩（100 分）= 网球技术考评（50 分）+ 比赛技战术考评（45 分）+ 变向移动（5 分）

1. 网球技术考评测试内容

(1) 底线正、反手击球技术(20分)

(2) 网前正反手截击技术(10分)

(3) 中后场高压球技术(10分)

(4) 发球能力(10分)

网球技术考评方式及要求:

(1) 统一抽签决定两人一组考评及上场顺序。

(2) 每组上场后无热身练习，考生在其他场地热身，正式考评每组时间控制在15分钟以内。

(3) 网球技术每项考评时间由考官组决定。

(4) 两人一组，在考评时两名考生应将稳定性和攻击性结合好，除发挥个人水平外，还应该给对方创造表现的机

会。如：对打测试中水平好的一方要控制发力、适当配合，避免始终过度加力，导致水平相对较低的一方无法回球。

2.比赛技战术考评内容

(1) 发球的能力(10分)

包括：一发的成功率、攻击性，二发的成功率和发球落点的变化，发球局战术的清晰程度。

(2) 接发球的能力(5分)

包括：接发球的稳定性和质量，接二发球的攻击性。

(3) 底线正、反手的能力(20分)

包括：正、反手的攻击力，线路和节奏的变化，攻守相持转换运用是否灵活合理，处理特殊球的应变能力。

(4) 综合技术运用的能力(10分)

包括：脚步的移动，灵活运用技术的能力，以及对比赛的理解、对比赛结果的重视程度和努力拼搏的意志品质。重点考察打法的实用性，稳定性和攻击性结合的是否好。

比赛技战术考评方式和要求：

(1) 统一抽签决定两人一组比赛及上场顺序。

(2) 正式比赛前有5分钟的练习，以投币方式决定发球权、接发球权或场地。

(3) 由评委组选派裁判员。

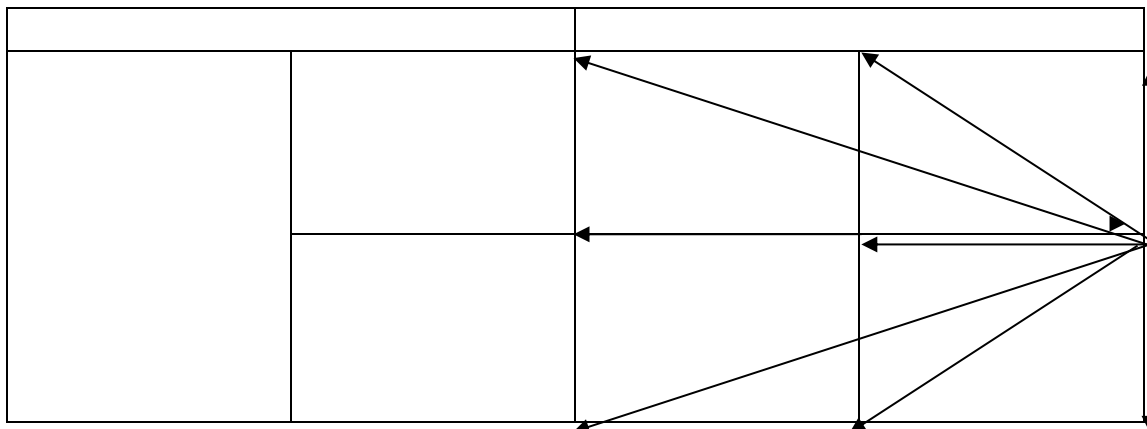
(4) 比赛采用抢十的赛制，但交换场地时无休息时间。

3.变向移动

(1) 场地设置：利用半片单打网球场，在各线交叉点上放置一瓶水。

(2) 测试方法：从 0 位（底线中点）向 1 位移动并用手将水瓶击倒后，跑回 0 位手触地，再向 2 位、3 位、4 位

(T字点) 逆时针——直到 8 位移动 (其中 3、5、6 位次用手触球网底), 最后返回 0 位结束。每人只做一次, 计时间。
(如图)



4. 最终成绩: 以二试专业测试考评综合成绩为准排序。

四、注意事项

1. 考生必须按时参加专业测试, 并携带准考证。
2. 考生根据考官要求, 严格按专业测试方法及要求进行测试。
3. 考生专业测试时, 家长不允许入场, 禁止家长现场指导及对裁判员的裁决发表任何意见。

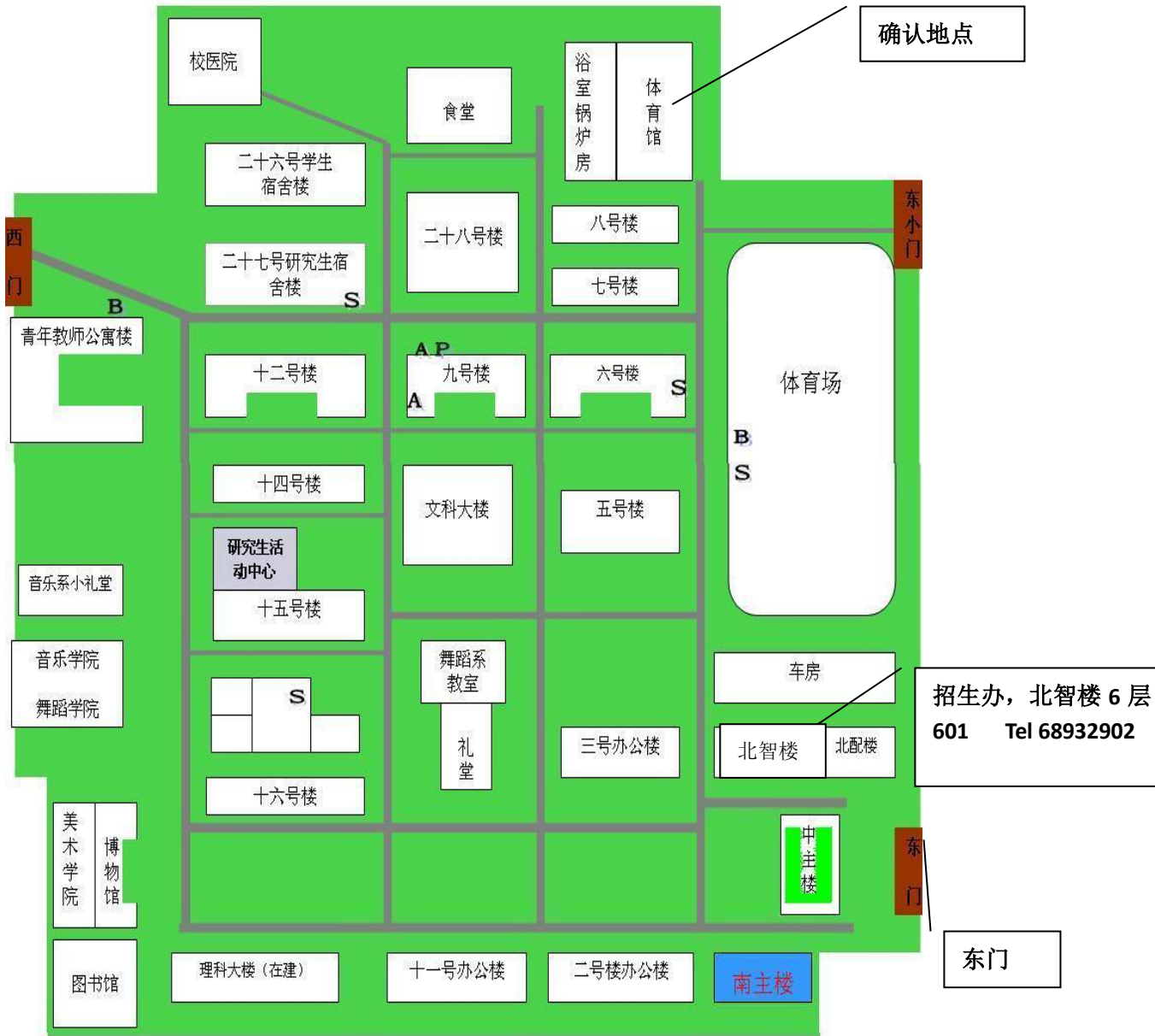
五、招生公告

招考期间, 严禁任何部门、评委、教职工与考生家长进行任何形式的钱、物交易。如有违纪者, 学校将严肃查处, 并追究其相关领导责任; 同时取消相关考生考试资格。纪检监察举报电话: 68932397。

中央民族大学招生办公室

二〇二一年十二月

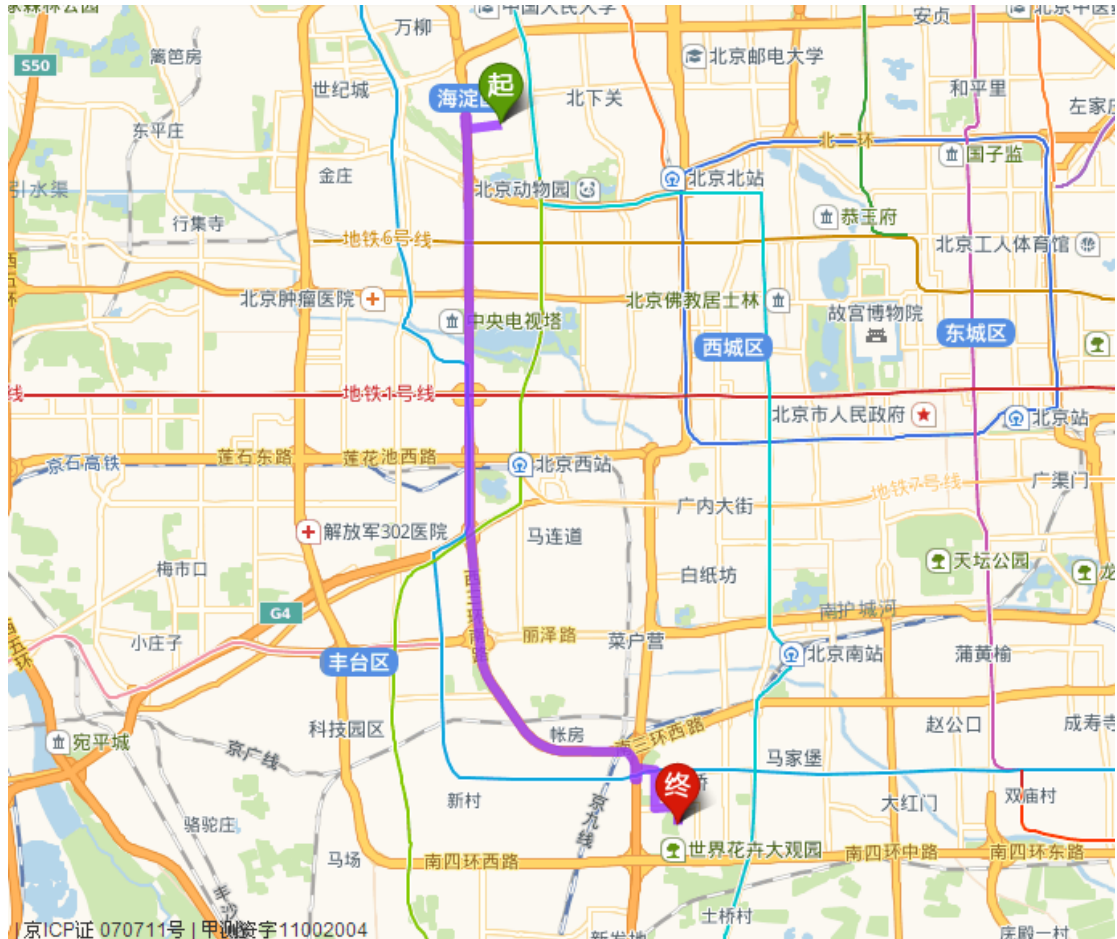
中央民族大学校园简图



二商球馆地址：北京市丰台区草桥镇国寺 191 号（高德地图）

电话：010-67585637 010-67583550

网址： www.eskangtai.com



公交：中央民族大学(西门)步行至万寿寺（896 米）乘坐特 8 路外环,在欣园小区东下车（14 站）步行至目的地（1.4 公里）二商球馆俱乐部。

驾车：沿西三环向南行驶到玉泉营桥（西南三环），向南行驶到马家楼桥下掉头，然后向北第一个路口右转走角门路向东行驶 445 米（草桥东路方向），右转向南行驶 336 米，到达终点二商球馆俱乐部（紧邻世界花卉大观园）。