

上海外国语大学高水平运动队 2021 年招生计划与专项测试评分标准

一、棒球

项目	计划上限	场上位置	分位置计划上限
棒球	5	投手	2
		内外场手	3

棒球项目报名考生须参加国家体育总局组织的全国统考，考试方法及评分标准参见中国运动文化教育网。学校根据全国统考成绩分布情况及考生成绩排名，按照各位置招生计划，择优选拔，提出本校棒球项目各位置合格成绩要求，确定入选考生名单。

二、女子排球

项目	计划上限	场上位置	分位置计划上限	身体素质 15 分	专项技术 35 分	综合考试 50 分
女子排球	6	主攻、接应	4	助跑摸高	传垫打防 二、四号位扣球 发球	比赛
		副攻	2	助跑摸高	传垫打防 三号位扣球 发球	比赛

专项测试合格标准：60 分。

1. 身体素质测试

助跑摸高：每个考生 3 次测试机会，取最好成绩。

身体素质测试评分标准

分值	助跑摸高(m)
15	3.10 以上
14	3.05-3.09
13	3.00-3.04
12	2.95-2.99
11	2.90-2.94
10	2.85-2.89
9	2.80-2.84
8	2.75-2.79
7	2.70-2.74
6	2.65-2.69
5	2.60-2.64

注：考生抽签确定测试顺序，成绩低于表内最低标准计 0 分。

2. 技术测试

(1) **传垫打防**: 两人一组相隔 4 至 5 米, 进行传垫扣(吊)打防。要求技术动作标准, 动作合理流畅, 技评分高。

(2) **四号位扣球**: 主攻手扣直线 5 个、斜线 5 个。

(3) **二号位扣球**: 接应二传扣直线 5 个、斜线 5 个。

(4) **三号位扣球**: 副攻手扣直线 5 个、斜线 5 个。

(5) **发球**: 主攻手、副攻手、接应二传在同一发球位置分别发左右半区各 5 个球(大力跳发球不分半场)。要求有一定球速, 过网点低。

技术测试评分标准

位置/等级/评分	项目 (5 分)	项目 (20 分)	项目 (10 分)
主攻、接应	传垫打防	二、四号位扣球	发球
副攻	传垫打防	三号位扣球	发球
A	5	17-20	9-10
B	4	13-16	7-8
C	3	9-12	5-6
D	2	5-8	3-4
E	1	1-4	1-2
F	0	0	0

3. 综合考试

以比赛形式进行, 考察考生的思想作风、比赛作风、临场意识、技术应用能力。

综合考试评分标准

优 (50-43 分)	良 (42-35 分)	中 (34—26 分)	差 (25 分及以下)
动作正确, 协调、连贯、实效; 技术运用合理、运用效果好; 战术配合意识强、实战效果较好。	动作正确, 协调; 技术运用较合理、运用效果较好; 战术配合意识较强、实战效果较好。	动作基本正确, 协调; 技术运用基本合理、运用效果一般; 战术配合意识一般、效果一般。	动作不正确, 不协调; 技术动作不合理、运用效果差; 战术配合意识差、效果较差。

三、男子排球

项目	计划上限	场上位置	分位置 计划上限	身体素质 15 分	专项技术 35 分	综合考 试 50 分
男子 排球	4	主攻、接应	1	助跑摸高	传垫打防 二、四号位扣球 发球	比赛
		自由人	3	半米字移动	传垫打防 调整垫球 专位防守	比赛

专项测试合格标准: 60 分。

1. 身体素质测试

(1) **助跑摸高**: 每个考生 3 次测试机会, 取最好成绩。

(2) **半米字移动**: 考生面向球网, 从起点(端线中点)起, 计时开始, 先向 1 号点移动, 击倒 1 号点标志物后, 应立即返回起点并击倒起点处标志物, 再向 2 号点移动, 以此类推, 直到击倒 5 号点标志物回到端线中点(须将每个标志物击倒, 否则不计成绩), 计时停止, 记录完成的时间。每个考生 2 次测试机会, 取最好成绩。

身体素质测试评分标准

分值	助跑摸高(m)	半米字移动(s)
15	3.40 以上	14''50 以内
14	3.35-3.39	14''51-15''00
13	3.30-3.34	15''01-15''50
12	3.25-3.29	15''51-16''00
11	3.20-3.24	16''01-16''50
10	3.15-3.19	16''51-17''00
9	3.10-3.14	17''01-17''50
8	3.05-3.09	17''51-18''00
7	3.00-3.04	18''01-18''50
6	2.95-2.99	18''51-19''00
5	2.90-2.94	19''01-19''50

注: 考生抽签确定测试顺序, 成绩低于表内最低标准计 0 分。

2. 技术测试

(1) **传垫打防**: 两人一组相隔 4 至 5 米, 进行传垫扣(吊)打防。要求技术动作标准, 动作合理流畅, 技评分高。

(2) **四号位扣球**: 主攻手扣直线 5 个、斜线 5 个。

(3) **二号位扣球**: 接应二传扣直线 5 个、斜线 5 个。

(4) **调整传球**: 由教练抛球, 自由人从五号位移动到六号位, 分别向二、四号位调整垫球各五次。要求出手平稳, 落点准确, 误差小, 技评分高。

(5) **发球**: 主攻手、接应二传在同一发球位置分别发左右半区各 5 个球(大力跳发球不分半场)。要求有一定球速, 过网点低。

(6) **专位防守**: 由教练击球, 自由人进行专位防重扣球和轻吊球 15 个。要求技术动作标准、合理, 重心转换快, 移动迅速, 出球效果好, 技评分高。

技术测试评分标准

位置/等级/评分	项目 (5 分)	项目 (20 分)	项目 (10 分)
主攻、接应	传垫打防	二、四号位扣球	发球
自由人	传垫打防	调整垫球	专位防守
A	5	17-20	9-10
B	4	13-16	7-8

C	3	9-12	5-6
D	2	5-8	3-4
E	1	1-4	1-2
F	0	0	0

3. 综合考试

以比赛形式进行，考察考生的思想作风、比赛作风、临场意识、技术应用能力。

综合考试评分标准

优 (50-43 分)	良 (42-35 分)	中 (34—26 分)	差 (25 分及以下)
动作正确，协调、连贯、实效；技术运用合理、运用效果好；战术配合意识强、实战效果较好。	动作正确，协调；技术运用较合理、运用效果较好；战术配合意识较强、实战效果较好。	动作基本正确，协调；技术运用基本合理、运用效果一般；战术配合意识一般、效果一般。	动作不正确，不协调；技术动作不合理、运用效果差；战术配合意识差、效果较差。