**2018年河北师范大学高水平运动队招生--健美操专业测试评分标准**

**一、测试内容及分值**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **单人自选成套**  **30分** | **规定难度及技巧**  **30分** | **自选难度及技巧**  **20分** | **身体素质**  **20分** |
| 1. 难度10分 2. 男生：难度起评分除以2，达到或高于3.0分，得10分，低于起评分0.1分减1分以此类推。 3. 女生：难度起评分除以2，达到或高于2.5分，得10分，低于起评分0.1分减1分以此类推。 | 1. A组规定6分   1、男生：托马斯转体360度成文森  2、女生：锐角支撑反切成俯撑。 | 1. A组   1、男生：起评分等于或高于0.9得4分起评分每减0.1减1分，以此类推。  2、女生：起评分等于或高于0.7得4分，起评分每减0.1得1分，以此类推。 | 1. 男生：连续提臀起转体180度，15次得4分。少一个减0.5分。   女生：连续提臀起，15次得4分。少一个减0.5分。 |
| 1. B组规定6分   1、男生：分腿水平支撑成文森  2、女生：直角支撑转体720度。 | 二、B组  1、男生：起评分等于或高于0.9分得4分，起评分每减0.1减1分，以此类推。  2、女生：起评分等于或高于0.6得4分，起评分每减0.1减1分，以此类推。 | 二、男生：连续屈体分腿跳，20次得4分。少一个减0.5分。  女生：连续连续屈体分腿跳，10次得4分。少一个减0.5分。 |
| 二、完成分10分  完成分是以扣分形式评分。针对运动员成套难度、技巧、操化动作完成情况进行评分。 | 三、C组规定6分  1、男生：转体360度屈体跳再转180度成俯撑  2、女生：转体180度屈体跳再转180度成俯撑。 | 三、C组  1、男生：起评分等于或高于0.9分得4分，起评分每减0.1减1分，以此类推。  2、女生：起评分等于或高于0.8得4分，起评分每减0.1减1分，以此类推。 | 三、男生：下肢柔韧，搭一块踏板左右纵叉贴地每项各1分，横叉2分，共计4分。 女生：下肢柔韧，搭两块踏板左右纵叉贴地每项各1分，横叉2分，共计4分。 |
| 四、D组规定6分  1、男生：无支撑依柳辛接有支撑垂地劈腿。  2、女生：无支撑依柳辛接有支撑垂地劈腿。 | 四、D组  1、男生：起评分等于或高于0.9分得4分，起评分每减0.1减1分，以此类推。  2、女生：起评分等于或高于0.8分得4分，起评分每减0.1减1分，以此类推。 | 四、男生：肩关节柔韧，转肩往返间距20公分得4分，每宽10公分减0.5分。  女生：肩关节柔韧，转肩往返间距10公分得4分，每宽10公分减0.5分。 |
| 三、艺术分10分  △抄袭规定成套内容大于50%，艺术分为零。 | 五、技巧手翻类6分（任选一类完成）  毽子3分、头手翻4分、前手翻5分、后手翻6分 | 五、技巧空翻类4分（任选一类完成）  1、男生：团身后空翻2分、屈体后空翻4分  2、女生：侧空翻2分、团身后空翻4分。 | 1. 身体形态4分   身体比例2分 形象气质2分 |
| 备注：评分采用  2017-2020国际体联竞技健美操规则。 | 备注：每个难度可做两次，申请做第二次，则按照第二次完成情况评判 | 备注：申请做第二次，则按照第二次完成情况评判 | 备注：连续内容测试以中断为终止计算数量，未达到标准范围内记零分。 |

**二、评分细则：**

（一）成套30分

1. 难度10分

男生：难度起评分除以2，达到或高于3.0分，得10分，低于起评分0.1分减1分以此类推。

女生：难度起评分除以2，达到或高于2.5分，得10分，低于起评分0.1分减1分以此类推。

1. 艺术10分

艺术分主要从音乐和乐感、操化内容、主体内容、空间运用、艺术表现力5个方面进行评分，每个部分最多可得2分，总分是10分。

|  |  |
| --- | --- |
| 优秀2.0分 | 成套动作完美呈现 |
| 很好1.8-1.9分 | 成套展现出了高水平 |
| 好1.6-1.7分 | 成套展现出了良好水平 |
| 满意1.4-1.5分 | 成套展现出了中等水平 |
| 差1.2-1.3分 | 成套展现出了低水平 |
| 不可接受1.0-1.1分 | 成套展现出了不可接受水平 |

1. 完成10分

完成分是评价成套动作的技术技巧，包括难度动作、动作变化（操化、过度、连接），并且是以扣分的形式评分，从10分起评，根据错误程度减分。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 一般错误 | 小错误0.1 | 中错误0.3 | 不可接受0.5 |
| 身体姿态不正确 | 0.1 | 0.3 | 0.5 |
| 身体姿态不正确 | 0.1 | 0.3 | 0.5 |
| 双脚不与地面平行 | 0.1 | 0.3 | 0.5 |
| 双腿/双脚弯曲或分开 | 0.1 | 0.3 |  |
| 缺少控制/不正确的站立或成俯卧撑落地 | 0.1 | 0.3 | 0.5 |
| 缺少控制/不正确的劈腿落地 | 0.1 | 0.3 | 0.5 |
| 不完整旋转/转体 | 0.1 | 0.3 | 0.5 |
| 技术不正确 | 0.1 | 0.3 | 0.5 |
| 触地 |  |  | 0.5 |

1. 规定难度完成减分

规定难度完成分是评价规定难度动作的技术技巧，并且是以扣分的形式评分，从30分起评，根据错误程度减分。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| A组规定难度 | 男：托马斯转体360成文森 | 展体阶段为挺髋 | 0.3 |
| 女：锐角支撑反切成俯撑 | 背部没有与地面平行 | 0.3 |
| B组规定难度 | 男生：分腿水平支撑成文森 | 技术动作至少保持2秒 | 0.5 |
| 女生：直角支撑转体720度。 | 完成难度过程中触地一次 | 0.5 |
| C组规定难度 | 男生：转体360度屈体跳再转180度成俯撑 | 触地一次（一个部位） | 0.3 |
| 女生：转体180度屈体跳再转180度成俯撑 | 触地一次（一个部位） | 0.3 |
| D组规定难度 | 男生：无支撑依柳辛接有支撑垂地劈腿。 | 依柳辛转体不完整 | 0.3 |
| 女生：无支撑依柳辛接有支撑垂地劈腿。 | 依柳辛转体不完整 | 0.3 |
| 规定技巧翻动作 | 毽子 | 未在一条直线完成动作 | 0.3 |
| 头手翻 | 推起站立时头部未触地面 | 0.3 |
| 前手翻 | 结束动作时身体重心过于向前后向后 | 0.3 |
| 后手翻 | 双手支撑过程中屈腿或分腿 | 0.3 |

1. 自选难度完成减分

自选难度完成分是评价自选难度动作的技术技巧，并且是以扣分的形式评分，从20分起评，根据错误程度减分。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. A组自选难度动作最低完成标准及完成减分 | 所有A组难度动作在完成时不得失误 | 小错误减0.1 | 中错误减0.3 | 不可接受减0.5 |
| 1. B组自选难度动作最低完成标准及完成减分 | 所有难度动作必须保持2秒，不能失误。 | 小错误减0.1 | 中错误减0.3 | 不可接受减0.5 |
| 1. C组自选难度动作最低完成标准及完成减分 | 所有以俯撑姿态落地的C组难度动作，手脚必须同时落地。 | 小错误减0.1 | 中错误减0.3 | 不可接受减0.5 |
| 所有C组以单脚或双脚落地的动作，必须以站立姿态结束。 |
| 所有以纵劈腿姿态落地的C组难度动作，双手必须触地并置于身体两侧。 |
| 1. D组自选难度动作最低完成标准及完成减分 | 所有难度动作不能失误 | 小错误减0.1 | 中错误减0.3 | 不可接受减0.5 |
| 所有的难度动作必须符合它的最低基本要求。 |
| 以垂地劈腿结束的难度动作，支撑脚必须与地面保持接触并且与地面保持成一垂直线。 |
| 1. 技巧空翻类动作完成减分 | 除双腿以外的其他身体部位触地则为失误。 | 小错误减0.1 | 中错误减0.3 | 不可接受减0.5 |