民族传统体育专业面试内容

1. 考核指标及所占分值

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 类别 | 专项素质 | 特长技术 |
| 考核指标 | 立定跳远 | 800米 | 自选 |
| 分值 | 30分 | 40分 | 30分 |

1. 考试方法与评分标准
2. 专项素质
3. 立定跳远
4. 考试方法：考生两脚原地站立起跳，不能有预跳或踩线，以身体任何部位着地最近点为测量点，每人测试两次，取最好成绩。
5. 评分标准：见表1-1，1-2。

表1－1立定跳远评分表（男）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 分值 | 成绩（厘米） | 分值 | 成绩（厘米） | 分值 | 成绩（厘米） |
| 30.0 | 250 | 28.6 | 236 | 27.2 | 222 |
| 29.8 | 248 | 28.4 | 234 | 27.0 | 220 |
| 29.6 | 246 | 28.2 | 232 | 26.8 | 218 |
| 29.4 | 244 | 28.0 | 230 | 26.4 | 216 |
| 29.2 | 242 | 27.8 | 228 | 26.2 | 214 |
| 29.0 | 240 | 27.6 | 226 | 26.0 | 212 |
| 28.8 | 238 | 27.4 | 224 | 25.0 | 210及以下 |

表1－2立定跳远评分表（女）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 分值 | 成绩（厘米） | 分值 | 成绩（厘米） | 分值 | 成绩（厘米） |
| 30.0 | 200 | 28.6 | 186 | 27.2 | 172 |
| 29.8 | 198 | 28.4 | 184 | 27.0 | 170 |
| 29.6 | 196 | 28.2 | 182 | 26.8 | 168 |
| 29.4 | 194 | 28.0 | 180 | 26.6 | 166 |
| 29.2 | 192 | 27.8 | 178 | 26.4 | 164 |
| 29.0 | 190 | 27.6 | 176 | 26.2 | 162 |
| 28.8 | 188 | 27.4 | 174 | 26.0 | 160及以下 |

2.　800米

1. 考试方法：考生采用站立式，不分道起跑，在不妨碍里道考生的情况下，起跑后便可切入里道，推挤他人的考生将被取消该项比赛资格；第一次起跑犯规的考生将给与警告，再次起跑犯规的考生均被取消该项比赛资格。

考生可穿钉鞋。每人测试1次，成绩记录到百分位，记录成绩采用电动计时或手计时。使用手计时，每道需有两名计时员记录成绩。

1. 评分标准：按照800米（表2－1），将计取成绩得分即为成绩，最高40分。

表2－1 800米评分表

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 分值 | 成绩（秒） | 分值 | 成绩（秒） |
| 男 | 女 | 男 | 女 |
| 40.0 | 2’40”以内（含） | 3’00”以内（含） | 31.0 | 2’58” | 3’18” |
| 39.0 | 2’42” | 3’02” | 30.0 | 3’00” | 3’20” |
| 38.0 | 2’44” | 3’04” | 29.0 | 3’02” | 3’22” |
| 37.0 | 2’46” | 3’06” | 28.0 | 3’04” | 3’24” |
| 36.0 | 2’48” | 3’08” | 27.0 | 3’06” | 3’26” |
| 35.0 | 2’50” | 3’10” | 26.0 | 3’08” | 3’28” |
| 34.0 | 2’52” | 3’12” | 25.0 | 3’10” | 3’30” |
| 33.0 | 2’54” | 3’14” | 24.0 | 3’12” | 3’32” |
| 32.0 | 2’56” | 3’16” | 23.0 | 3’14”及以上 | 3’34”及以上 |

1. 特长技术
2. 考试方法：考生在1分钟规定时间内，可自由进行特长项目的组合演练，如需器械和音乐，需自备。
3. 评分标准：考评员参照评分细则（表2-2），对考生的动作准确度、表现力、精气神等方面进行综合评定。采用30分制评分，所打分数可到小数点后1位。

表2-2特长技术评分表

|  |  |
| --- | --- |
| 等级（分值范围） | 评分标准 |
| 优（30-21分） | 技术动作准确、表现有力、速度快、组合动作连贯、协调、气势到位。 |
| 良（20-11分） | 技术动作基本准确、表现有力、速度较慢、组合动作连贯、协调、气势不到位。 |
| 差（10分以下） | 技术动作不准确、表现无力、速度慢、组合动作不连贯、协调、气势不到位。 |