附件4

淄博实验中学

2023年足球特长生测试内容及评分办法

一、非守门员考试项目

（一）运球移动传准（20分）

（二）精准射门（20分）

（三）体能-技术测试（20分）

（四）比赛（40分）

二、守门员考试项目

（一）守门员技术测试(20分)

（二）守门员立定三级跳远（20分）

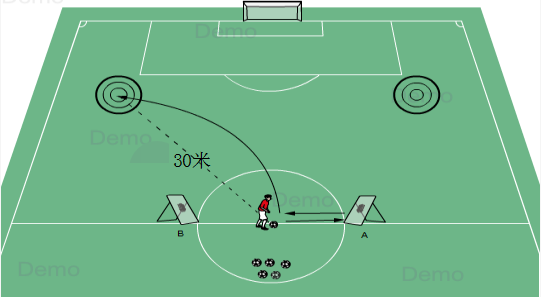
（三）守门员脚踢球、手抛球技术（20分）

（四）比赛（40分）

三、非守门员考试方法与评分标准

（一）运球移动传准（20分）

1.测试场地示意图：



2.测试办法：

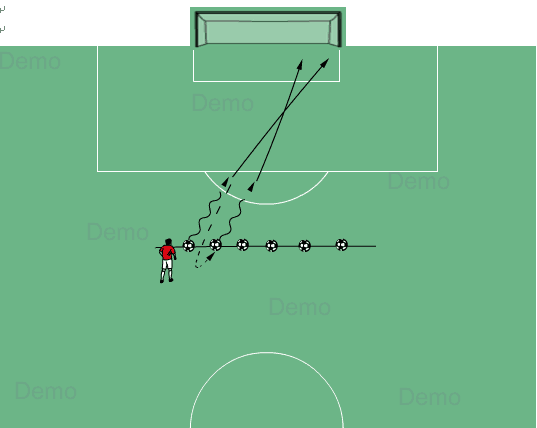
（1）考生站在足球场中圈内的中点，从第一脚触球开始计时，1分钟内交替踢球向A点或B点的反弹网，接到反弹回的球后，在中圈内用脚背内侧踢球技术把球踢向地靶（球必须在滚动中踢出），足球的第一落点在地靶的不同区域获得不同的得分。

（2）地靶的得分区为半径1米、2米、3米的同心圆，球的第一落点在半径1米、2米、3米的区域的得分为5分、4分、3分。球落在线上，记高分值区域的分数。

（3）考生向两侧地靶各踢三次，左、右脚均可，取规定时间内完成的成绩最好的四次记入总分。

（二）精准射门（20分）

1.测试场地示意图：



2.球门分值区域图



3.测试办法：

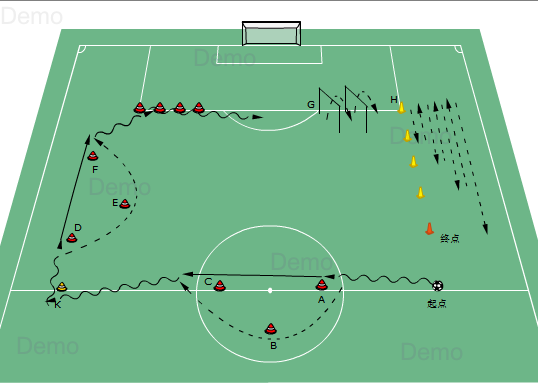
（1）每个考生必须在30秒内完成射门。

（2）考生每人最多有六次射门机会，脚法不限，左右脚射门均可。取成绩最好的四次记入总分。

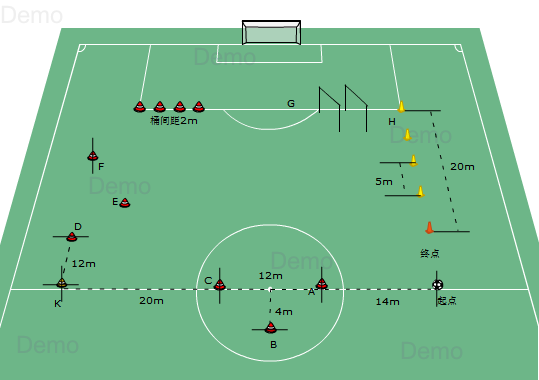
（3）足球摆放在固定区域（距离球门线24米），考生每次射门前必须从固定区域取球，并运球至射门区域（罚球弧内）完成射门，球踢入不同的区域，获得相应的分值。

（三）体能-技术测试（20分）

1.测试场地线路示意图：



2.测试场地距离示意图：



3.测试办法：

（1）考生每人测试一次，整个测试不允许用手触球，否则成绩无效；凡是未按指定路线进行测试，成绩无效。

（2）考生从起点处快速运球出发，到达A点后，向C点方向传球，考生迅速绕过B点；在C点处重新控球并运球顺时针绕过K点至D点，在D点向F点方向传球，考生迅速绕过E点；在F点处重新控球并运球至标志桶场地，进行运球绕行，绕过最后一个标志桶后，运球至大禁区弧内，并将球踩停；随后跑至G点栏架，双脚同时起跳，连续跳过两个栏架后，跑至H点的标志物并将其用手击倒，经过3次折返跑并依次击倒标志物后，跑过终点线，考生身体躯干通过终点线计时停表。

（3）传跑测试中，球进入标志桶围成的三角形区域内，每进入一次扣2分。

（4）运球绕标志桶测试中，不能漏桶，否则成绩无效；若未能将球在大禁区弧内踩停扣1分。

（5）跳栏架测试中，栏高84cm、栏间距200cm，必须双脚同时起跳跃过栏架。采用其他形式通过栏架区域，一个栏架扣除本项3分。

（6）折返跑测试中，考生依次用手击倒标志物，若未击倒标志物，成绩无效。

体能-技术测试评分表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 时间（秒） | 52 | 52.5 | 53 | 53.5 | 54 | 54.5 | 55 | 56.5 | 57 | 57.5 |
| 得分 | 20 | 19.5 | 19 | 18.5 | 18 | 17.5 | 17 | 16 | 15 | 14 |
| 时间（秒） | 58 | 58.5 | 59 | 59.5 | 60 | 60.5 | 61 | 61.5 | 62 | 63 |
| 得分 | 13 | 12 | 11 | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 |

（四）比赛（40分）

1.测试方法：根据考生人数，将考生编组，进行比赛。

2.由考评员根据评分标准对考生的技术能力、战术能力、

心理素质和比赛作风四个方面进行综合评定。

3.评分标准：

（1）优秀（36分—40分）：战术能力强，意识好，技术动作规范，运用正确，作风顽强，心理状态稳定。

（2）良好（30分—35分）：战术能力较好，意识较好，技术动作规范，运用基本正确，作风顽强，心理状态稳定。

（3）及格（24分—29分）：战术能力一般，意识一般，技术动作基本规范，运用基本正确，作风顽强，心理状态较稳定。

（4）不及格：（23分以下）战术能力一般，意识一般，技术动作不规范，运用不够正确，作风不顽强，心理状态不稳定。

四、守门员考试方法与评分标准

（一）守门员技术测试(20分)

1.评委给考生踢地面球和空中球（正面高、中、低手法及两侧倒地接地滚球、半高球、鱼跃技术），考生运用合理的技术动作完成扑接球。

2.评分标准：

（1）优秀：（17—20分）：技术动作规范合理，动作准确、协调、实效性强。

（2）良好：（13—16分）：技术动作较规范合理，动作较准确、协调、有实效性。

（3）及格：（10—15分）：技术动作基本规范合理，动作准确性、协调性一般、实效性一般。

（4）不及格：（10分以下）：技术动作不规范、不合理，不准确，实效性差。

（二）守门员立定三级跳远（20分）

测试方法:考生原地双脚站立在起跳线后,第一跳用双脚原地起跳,可以任何一脚落地。第二跳为跨步跳,用着地脚起跳以另一只脚落地。第三跳跃需双脚落地,然后起身向前走离沙坑。每名考生两次机会,取最好一次成绩。

立定三级跳远评分表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 成绩（米） | 8.4 | 8.35 | 8.3 | 8.25 | 8.2 | 8.15 | 8.1 | 8.05 | 8.0 | 7.95 |
| 分值 | 20 | 19.5 | 19 | 18.5 | 18 | 17.5 | 17 | 16.5 | 16 | 15.5 |
| 成绩（米） | 7.9 | 7.85 | 7.8 | 7.75 | 7.7 | 7.65 | 7.6 | 7.55 | 7.5 |  |
| 分值 | 15 | 14.5 | 14 | 13.5 | 13 | 12.5 | 12 | 11.5 | 10 |  |

（三）守门员脚踢球、手抛球技术（20分）

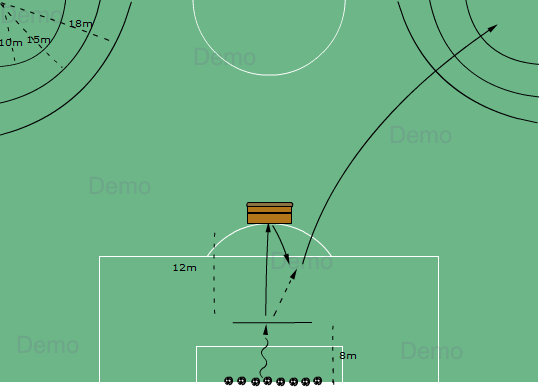
1.考试用球8个全部放置于球门线上,考生从球门线运球开始计时，运球至距离球门线8米的起始线（不能越过起始线），将球踢向位于禁区弧的反弹网（距离起始线12米），用脚接反弹回禁区内的球，运球至大禁区的任意一点用长传球的方式将球踢至以中线与边线交汇点为圆心、以10米和15米为半径的四分之一圆内，第一落点在半径10米区域内得2.5分，在半径10米至15米区域内得分为1分。脚踢球共四次机会，左右侧各两次机会，满分十分。

2.考生从球门线运球至距离球门线8米的起始线（不能越过起始线），将球踢向位于禁区弧的反弹网（距离起始线12米），用手接反弹回禁区内的球，跑动至大禁区的任意一点用手抛球的方式将球传至以中线与边线交汇点为圆心、以半径15米和18米的四分之一圆内，第一落点在半径15米区域内得2.5分，在半径15米至18米区域内得分为1分。手抛球共四次机会，左右侧各两次机会，满分十分。

3.四次脚踢球与四次手抛球共需在2’10”内完成，若规定时间未完成该项考试不得分。

4.考生踢向反弹网的球未击中反弹网或球未弹回禁区内则视为无效球，每一失误扣除2.5分，但不影响继续考试。

5.场地示意图



（四）比赛

守门员评分标准与非守门员一致。