

天津科技大学 2015 年高水平运动员 专项测试内容及评分标准

健美操项目

一、难度测试（40 分）

1. 规定难度：规定难度不能更改和降组，未达到最低难度要求的
规定难度视为 0 分。

2. 自选难度：考生完成自选难度 0.7 以上含 0.7 的各组别难度为 5
分，0.6 的难度为 4 分，0.5 的难度为 3 分，0.4 的难度含 0.4 分的为 2
分。每个难度两次机会，取完成最好的一次给予评分。（总分 40 分）

组别	名 称	分值	得分
A 组	提臀起转体 180 度成文森（男）	0.7	5
	直升飞机成文森（女）	0.5	
B 组	直角支撑转体 720 度	0.6	5
C 组	剪式变身跳转体 180 度	0.6	5
D 组	无支撑依柳辛成垂地劈腿	0.7	5

注：参照 2013 年-2016 年健美操新周期的动作难度表，考生做 A、B、
C、D 四组难度，每组需完成规定难度一个（表格内注明难度为规定难度），
自选难度一个。

二、套路测试（40 分）

竞技规定套路或自选套路，时间（1' 30" ±5"）

1. 成套动作完美呈现 36-40 分
2. 成套动作展现出了高水平 31-35 分
3. 成套动作展现出了良好水平 26-30 分
4. 成套动作展现出了中等水平 21-25 分
5. 成套动作展现出了低水平 16-20 分

三、素质测试（20 分）

1. 屈体分腿跳 5 分：在规定的 20" 内完成 16 个（男）12 个（女）
得 5 分，每少 1 个减 1 分；

2. 俯卧撑 5 分：在规定的 30" 内完成 30 个（男）、25 个（女）及以上得 5 分，每少 2 个减 1 分；

3. 柔韧 10 分：横叉 3 分，竖叉左右腿各 2 分，肩柔韧 3 分。

四、运动员的测试音乐必须单独放在 U 盘里，运动员测试时必须穿健美操竞技比赛服，比赛鞋否则视为放弃该项目测试。女运动员可适当着淡妆测试。

五、考核有关办法说明

1. 总分 100 分。按照考生性别，将分数由高至低分别排名。

2. 学校按照《普通高等学校招生体检工作指导意见》和高水平运动队实际需求组织报考考生进行必要体检，有传染性疾病或不适于从事竞技体育活动的疾病者不予录取。

龙舟项目

一、基本条件

1. 身高：女 165—185cm 男 170—190cm

2. 不限泳姿独立连续游泳 100 米以上。

二. 形态机能测试（10 分）

身高（CM）减体重（KG）（10 分）

指数	< 102	102	104	106	108	110	112	114	116	118	≥ 120
分值	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

三、基本技能（25 分）

测功仪 5 分钟（米）（25 分）

男（m）	1150	1160	1170	1180	1190	1200	1210	1220	1230	1240	1250	1260
女（m）	1050	1060	1070	1080	1090	1100	1110	1120	1130	1140	1150	1160
分值	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

男（m）	1270	1280	1290	1300	1310	1320	1330	1340	1350	1360	1370	1380	1390
女（m）	1170	1180	1190	1200	1210	1220	1230	1240	1250	1260	1270	1280	1290
分值	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25

注：采用中国赛艇协会认证赛艇测功仪测试

四、素质测试（65分）

1. 卧推（kg）（在卧推架测试）（15分）

男（Kg）	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
女（Kg）	20	25	30	35	40	45	50	52.5	55	57.5	60	62.5	65	67.5	70
分值	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

注：每人三次机会，取最大重量为最终成绩；双臂伸直至杠杆贴胸再至双臂伸直，独立完成一落一起卧推动作。

2. 3000米跑（分、秒）（在400米塑胶田径场测试）（25分）

男 (t)	15' 30"	15' 20"	15' 10"	15' 00"	14' 50"	14' 40"	14' 30"	14' 20"	14' 10"	14' 00"	13' 50"	13' 40"	13' 30"	13' 20"	13' 10"
女 (t)	16' 30"	16' 20"	16' 10"	16' 00"	15' 50"	15' 40"	15' 30"	15' 20"	15' 10"	15' 00"	14' 50"	14' 40"	14' 30"	14' 20"	14' 10"
分值	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

男 (t)	13' 00"	12' 50"	12' 40"	12' 30"	12' 20"	12' 10"	12' 00"	11' 50"	11' 40"	11' 30"
女 (t)	14' 00"	13' 50"	13' 40"	13' 30"	13' 20"	13' 10"	13' 00"	12' 50"	12' 40"	12' 30"
分值	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25

3. 60秒仰卧两头起（个），（在垫上，平躺完成）（25分）

男(个)	22	24	26	28	30	32	34	36	38	40	42	44	46	48	50
女(个)	14	16	18	20	22	24	26	28	30	32	34	36	38	40	42
分值	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

男(个)	52	54	56	58	60	62	64	66	68	70
女(个)	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62
分值	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25

注：双肩双脚必须同时起落，起：手碰脚面，躯干与腿的夹角小于90度；落：双肩落垫，双脚落地。2 必须直腿完成

五、考核有关办法说明

1. 总分100分，根据考生现场测试成绩排名。
2. “鼓手、舵手”身材指标（综合评定）可以按照“运动员参赛位置”需要进行必要考虑外，全体测试人员一律按照性别，将分数由高

至低分别排名。若总分数并列，名次计算方法依次为身高减体重、60秒仰卧两头起、3000米跑、测功仪、卧推

3. 游泳属于龙舟训练基本技能，凡不能达到“不限泳姿独立游泳100米以上”要求者，一票否决。

4. 学校按照《普通高等学校招生体检工作指导意见》和高水平运动队实际需求组织报考考生进行必要体检，有传染性疾病或不适于从事竞技体育活动的疾病者不予录取。

乒乓球项目

第一阶段分组循环（三局二胜制），第二阶段淘汰附加赛决出名次（前八名五局三胜制），比赛规则按国际乒联竞赛规则为准。

一、第一阶段分组循环

根据报名人数确定所分组数（2的幂次方），进行循环比赛，根据小组成绩取若干考生（2的幂次方）进入第二阶段。分组原则：

1. 一级运动员定为种子选手，除一级运动员以外不设定种子选手。
2. 种子选手抽入与种子号相对应的组号当中。
3. 分组名单抽签决定。

二、第二阶段单败淘汰附加赛

根据需要进行附加赛决出名次。比赛原则：

1. 第一轮小组第一名与各小组第二名相遇。
2. 同组一二名之间首轮不相遇。

三、考核有关办法说明

1. 总分100分。根据考生性别、测试现场比赛成绩由高至低分别排名。

2. 学校按照《普通高等学校招生体检工作指导意见》和高水平运动队实际需求组织报考考生进行必要体检，有传染性疾病或不适于从事竞技体育活动的疾病者不予录取。