

鞍山市中考特长生乒乓球项目

测试方法及评分标准

一、所占比例

类别	体能测试	实战比赛
分值	30 分	70 分

二、测试内容及项目

(一) 体能测试：(30 分)

1. **测试项目：**立定跳远（10 分）、45 秒双摇跳绳（10 分）、30 米跑（10 分）。

2. **测试办法：**根据中国乒乓球协会审定的全国少年乒乓球比赛（13-15 岁组）体能测试办法和相关比赛规则进行测试。

立定跳远，每人 3 次机会，取最好成绩。

45 秒双摇跳绳（由考生自备），每人只能测试 1 次。

30 米跑，每人 2 次机会，取最好成绩。

立定跳远测试方法：考生站在起跳线后，脚尖不得踩线。两脚原地同时起跳，不得有连跳动作。丈量触地身体部位与起跳线的最短距离。

45 秒双摇跳绳测试方法：受试者手持跳绳站好，当听到“开始”的口令之后，开始计时，记录考生 45 秒双摇跳成功的次数。

30 米跑测试方法：采用站立式起跑，出发时要求考生一只脚踩在起点线上，计量单位为秒，精确到小数点后 2 位。

3. 成绩评定：按中国乒乓球协会审定的全国少年乒乓球比赛（13-15 岁组）体能测试成绩评定标准，评定每人每项的得分。以考生 3 项得分之和为体能测试成绩。

4. 体能测试成绩未达到 18 分及 18 分以下成绩，不得参加实战比赛。

（二）实战比赛（70 分）

1. 比赛办法：凡报考的考生不分学校，男、女各组报名人数不足 8 人时，采用单循环的办法进行单打比赛。三局二胜，11 分制。决出全部比赛名次。超过 8 人，比赛分两个阶段进行，第一阶段采用分组单循环，进行小组比赛。第二阶段采用同名次交叉比赛，决出全部比赛名次。

比赛序号、竞赛分组由考生本人现场抽签决定。

实战比赛成绩未达到 42 分，不予录取。

2. 评分方法：总分 70 分，分为战术意识（20 分），打法类型（20 分）和技战能力（30 分）。详见表 1—3

表 1 战术意识评分标准

内容	优 20-16	良 15-11	中 10-6	差 5-0
战术意识	战术思想正确，意图明显；进攻与反攻意识极强；战术应变意识极强。	战术思想基本正确，意图基本明显；具备进攻与反攻意识；具备战术态度意识。	具备一定的战术思想和意图；有进攻与反攻意识；有战术应变意识。	战术思想和意图较差；进攻与反攻意识不明显；战术应变意识较差。

表 2 打法类型评分标准

内容	优 20-16	良 15-11	中 10-6	差 5-0
打法类型	打法先进,合理运用自如,以进攻类型为主,能够运用自我先进的打法控制对手,以求高质量和有效性,比赛名次位居前列。	打法基本合理,运用相对自如,以进攻类型为主,基本上运用先进的打法控制对手以求一定质量和有效性。比赛成绩良好。	打法合理,能够运用以进攻类型为主,能够运用此打法控制对手以求实用性。	打法不合理,进攻类型较差,实用性和控制能力相对较低。

表 3 技战能力评分标准

内容	优 30-25	良 24-18	中 17-10	差 9-0
技战能力	发球抢攻上手能力极强,主动进攻与连续进攻技能极强,相持中或被动时反攻技能极强,根据场上的变数能有效的调整自我的技能打法。讲究质量和实效。比赛名次位居前列。	发球抢攻上手能力相对较强,主动进攻与连续进攻技能能力较强,相持中或被动时的反攻技能较强;根据场上的变数有效调整自我的技能打法。比赛成绩良好。	发球抢攻上手能力一般,主动进攻与连续进攻技能一般,相持中或被动时反攻技能一般。	发球抢攻上手能力较差,主动进攻与连续进攻技能较差,相持中或被动时的反攻技能较差。

(三) 成绩

体能测试得分加上实战比赛成绩得分为考生的最终得分。

乒乓球项目男子体能测试评分表

分值	立定跳远(m)		45 秒双摇跳绳次		30 米跑 (s)	
10	≥2.46	-	≥82	-	-	<4.33
9	≥2.34	<2.46	≥79	<82	≥4.33	<4.52
8	≥2.29	<2.34	≥77	<79	≥4.52	<4.59
7	≥2.24	<2.29	≥76	<77	≥4.59	<4.72
6	≥2.17	<2.24	≥73	<76	≥4.72	<4.86
5	≥2.10	<2.17	≥71	<73	≥4.86	<5.00
4	≥2.05	<2.10	≥69	<71	≥5.00	<5.09
3	≥1.98	<2.05	≥68	<69	≥5.09	<5.22
2	≥1.84	<1.98	≥66	<68	≥5.22	<5.37
1	-	<1.84	-	<66	≥5.37	-

乒乓球项目女子体能测试评分表

分值	立定跳远(m)		45秒双摇跳绳次		30米跑(s)	
10	≥2.06	-	≥90	-	-	<5.09
9	≥2.00	<2.06	≥87	<90	≥5.09	<5.23
8	≥1.95	<2.00	≥84	<87	≥5.23	<5.40
7	≥1.91	<1.95	≥82	<84	≥5.40	<5.50
6	≥1.90	<1.91	≥79	<82	≥5.50	<5.63
5	≥1.86	<1.90	≥78	<79	≥5.63	<5.78
4	≥1.83	<1.86	≥77	<78	≥5.78	<5.90
3	≥1.81	<1.83	≥75	<77	≥5.90	<6.00
2	≥1.72	<1.81	≥72	<75	≥6.00	<6.20
1	-	<1.72	-	<72	≥6.20	-