

南京大学 2015 年高水平运动员专项测试内容及说明

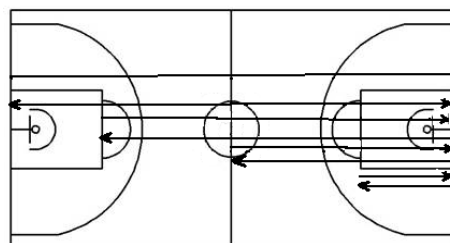
一、 篮球

（一）测试内容

类别 \ 内容		身体素质	基本技术		实战能力	
位置	后卫	折返跑(四折)	投篮(三分)	全场运球	半场 3 对 3	全场 5 对 5
	前锋	助跑摸高	投篮(三分)	全场运球		
	中锋	助跑摸高	投篮(二分)	半场运球		

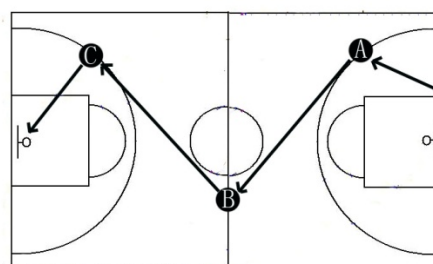
（二）测试内容相关说明

1、折返跑（四折）说明：从底线出发，到罚球线折返回底线，到中场线折返回底线，到对场罚球线折返回到底线，到对场底线折返回底线。（示意图如右）

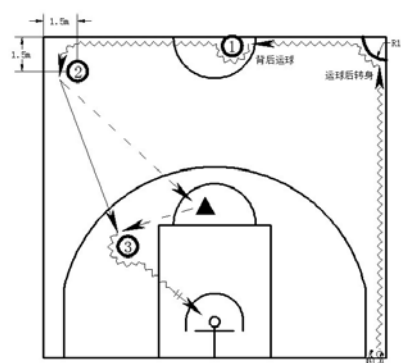


2、投篮说明：计时 90 秒，出限制线（三分限制线为 6.75 米半径圆弧，二分为 4.225 米半径圆弧），投篮可做原地投篮或跳跃投篮，投篮后自己抢篮板球，再运球至弧线外投。

3、全场运球说明：考生在球场底线中点站立，面向前场，用右手运球至 A 处，右手体前变方向，换左手向 B 处运球，至 B 处做左手后转身运球变向，换右手运球至 C 处，至 C 处做右手背后运球，左手上篮。球中篮后方可用左手运球返回 C 处，做体前变方向，换右手运至 B 处做右手后转身运球变向，运球至 A 处后左手背后运球，右手上篮。（示意图如右）



4、半场运球说明：考生在篮圈右侧端线外运球至中场线角处做后转身换手运球至中圈障碍物①前做背后变向换手运球，再运球绕过处于中场线角处的障碍物②后立即传球给配合者，快速跑至罚球线延长线附近的障碍物③前接球急停，持球突破上篮。（示意图如右）



二、排球

（一）测试内容

类别 \ 内容		身体素质	基本技术			实战能力
位置	攻手	助跑摸高	两人扣防调	专位扣球	发球	全场比赛
	二传	助跑摸高	两人扣防调	插上传球	发球	

（二）相关测试内容说明

- 1、两人扣防调说明：**两人一组相距 4~5 米，相互扣，防，调（要求有打有吊，有轻有重）
- 2、专位扣球说明：**接应与主攻考生自己选定扣球位置（2、4 号位），副攻考生在三号位扣快球（前快，背快，短平快，时间差等）。考生自己给一传后助跑起跳扣球，线路要求直、斜线均有。
- 3、插上传球说明：**后排任意位置供球，考生传 4 号位半高球、背传 2 号位一般球、传远网调整球、一般快球短平快和背快。
- 4、发球：**自选攻击性发球，落点要求左右半场。大力跳发球、跳飘球不分左右半场。

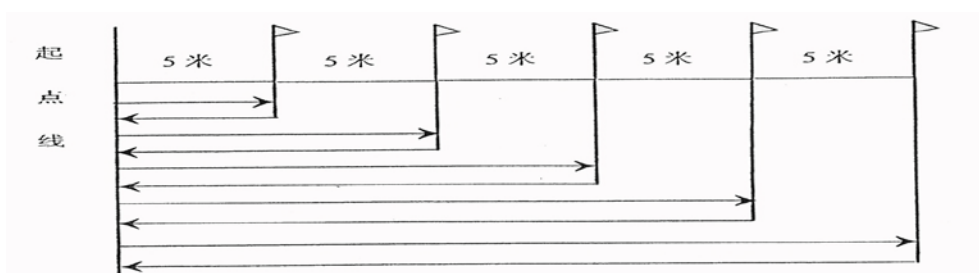
三、足球

（一）测试内容

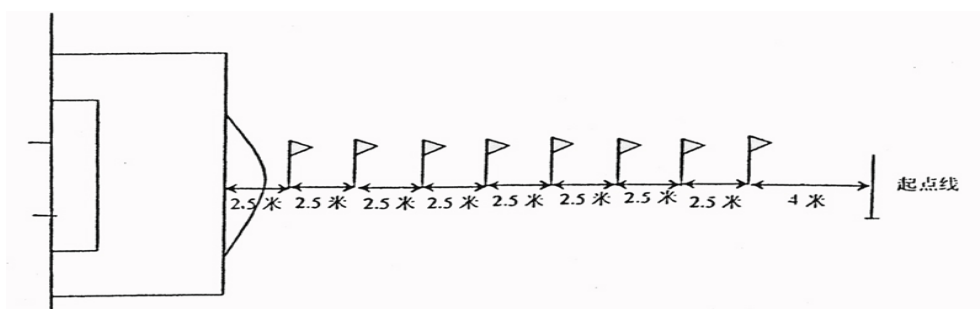
内容 位置	初试		复试	
	身体素质	基本技术	位置技术	实战能力
前锋	5 米×25 米往返跑	运球绕杆射门	接控射门技术	7 人制半场
前卫	5 米×25 米往返跑	运球绕杆射门	接传技术	7 人制半场
后卫	5 米×25 米往返跑	运球绕杆射门	防守技术	7 人制半场

（二）相关测试内容说明 *如果报名人数较多，则先通过初试进行筛选。

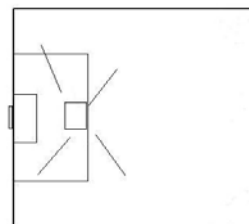
- 1、5 米×25 米往返跑说明：**从起点线出发至第一标志后返回起点，再返回至第二标志后再回起点，每次往返必须触摸放在起点和各标志处的物体(矿泉水瓶)，如此往返直至从最后标志处返回至起点线。（示意图如下）



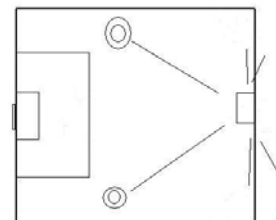
2、运球绕杆射门说明：考生从起点线上开始运球，依次曲线运球绕杆(标志桶)后在罚球区外射门，球射进球门为有效。每人运球绕杆(标志桶)左、右脚射门各一次成绩之和为一组。(场地示意图如下)



3、接控射门技术说明：队员站在罚球点后的规定区域（ 6×6 米）内，接来自于四个方向的传球后射门。（示意图如右）



4、接传技术说明：队员站在规定区域（ 8×8 米）内，接来自于四个方向的传球后长传至目标区域（两侧划定的半径为 3 米和 5 米同心圆，落点不同分值不同）。长传距离为 30 米。（示意图如右）



5、防守技术说明：队员站在罚球区外的规定区域（ 8×8 米）内，面对来自于两个方向的长传球用身体合理部位直接将球处理出危险区域（满足十米线以外）。（示意图如右）

