足球（总分100分）

**（非守门员）**

一、考核指标与所占分值

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 类别 | 专项素质 | 专项技术 | 实战能力 |
| 考核指标 | 5x25米折返跑 | 传准 | 运球射门 | 比赛 |
| 分值 | 20分 | 20分 | 20分 | 40分 |

二、考试方法与评分标准

（一）专项素质: 5x25米折返跑

考试方法：考生从起跑线向场内垂直方向快跑，在跑动中依次用手击倒位于5米、10米、15米、20米和25米各处的标志物后返回起跑线，要求每击倒一个标志物必须立即返回一次，再跑到下一个标志物。以此类推。考生应以站立式起跑，脚动开表，完成所有折返距离回到起跑线时停表，记录完成的时间。未击倒标志物，成绩无效。每人只测试1次。

5x25米折返跑评分表

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **分值** | **成绩（秒）** | **分值** | **成绩（秒）** |
| 20 | 33＂00--33＂19 | 12 | 34＂60-- 34＂79 |
| 19 | 33＂20-- 33＂39 | 11 | 34＂80-- 35＂19 |
| 18 | 33＂40-- 33＂59 | 10 | 35＂20--35＂39 |
| 17 | 33＂60 --34＂79 | 9 | 35＂40 --35＂59 |
| 16 | 33＂80-- 33＂99 | 8 | 35＂60--35＂99 |
| 15 | 34＂00-- 34＂19 | 7 | 36＂00-- 36＂19 |
| 14 | 34＂20-- 34＂39 | 6 | 36＂20--36＂39 |
| 13 | 34＂40-- 34＂59 | 5 | 36＂40---- |

（二）专项技术

1.传准

（1）考试方法:如图所示，传球目标区域由一个室内五人制足球门（球门净宽度3米，净高度2米）和以球门线为直径（3米）画的半圆组成，圆心（球门线中心点）至起点线垂直距离为24米。考生须将球置于起点线上（线长5米，宽0.1米），向目标区域连续传球6次（计算5次成绩），左右脚均可，脚法不限。

（2）评分标准:以球从起点线踢出后，从空中落到地面的第一接触点为准。考生每将球传入目标区域的半圆内（含第一落点落在圆周线上），或五人制球门（含球击中球门横梁或立柱弹出）。考生每人只有一次测试机会，6次传球踢中5次即为满分，满分20分。

|  |  |
| --- | --- |
| 20 | 5 |
| 18 | 4 |
| 16 | 3 |
| 12 | 2 |
| 6 | 1 |



2.运球射门

（1）考试方法:如图所示，从罚球区线中点垂直向场内，画一条平行于球门线的横线作为起点线（起点线距第一根标志杆3米）。距罚球区线中点处，垂直沿场内每1.5米处摆放一个标志杆，以此类推，共计摆放8个标志杆。考生将球置于起点线标志杆正后方上，运球依次绕过8根标志杆后起脚射门，球动开表，当球从空中或地面越过球门线时停表，记录完成的时间。凡出现漏杆、射门偏出球门，球击中横梁或立柱弹出，均属无效，不计成绩。每人测试2次，取最好成绩。



|  |
| --- |
| 15m运射评价标准 |
| 成绩（分） | 时间（秒） | 成绩（分） | 时间（秒） |
| 20 | 7秒2 | 9 | 9秒4 |
| 19 | 7秒4 | 8 | 9秒6 |
| 18 | 7秒6 | 7 | 9秒8 |
| 17 | 7秒8 | 6 | 10秒0 |
| 16 | 8秒0 | 5 | 10秒2 |
| 15 | 8秒2 | 4 | 10秒4 |
| 14 | 8秒4 | 3 | 10秒6 |
| 13 | 8秒6 | 2 | 10秒8 |
| 12 | 8秒8 | 1 | 11秒 |
| 11 | 9秒0 |  |  |
| 10 | 9秒2 |  |  |

（三）实战能力：比赛

1.考试方法:视考生人数分队进行比赛。

2.评分标准:考评员参照实战能力评分细则（表2），独立对考生的技术能力、战术能力、心理素质以及比赛作风等方面进行综合评定。

表2足球实战能力评分细则

|  |  |
| --- | --- |
| **等级（分值范围）** | **评价标准** |
| **优（40-34 分）** | 战术意识水平表现突出，攻守职责完成很好，具有很好的阅读比赛。能力:对抗情况下技术动作运用及完成合理、规范;比赛作风顽强、心理状态稳定。 |
| **良（33.9~30分）** | 战术意识水平表现良好，攻守职责完成良好，具有良好的阅读比赛。能力;对抗情况下技术动作运用较合理，完成动作较规范;比赛作风良好、心理状态稳定。 |
| **中（29.9~24分）** | 战术意识水平表现一般，攻守职责完成一般，阅读比赛能力-般;对抗情况下技术动作运用基本合理，完成动作基本规范;比赛作风较好、心理状态有波动。 |
| **差（23.9分以下）** | 战术意识水平表现差，攻守职责不清楚，不具有基本阅读比赛的能力;对抗情况下技术动作运用不合理，完成动作不规范:比赛作风一般、心理状态不稳定。 |

**（守门员）**

一、考核指标与所占分值

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 类别 | 专项素质 | 专项技术 | 实战能力 |
| 考核指标 | 立定跳远 | 掷球与踢远 | 扑接球 | 比赛 |
| 分值 | 20分 | 20分 | 20分 | 40分 |

二、考试方法与评分标准

（一）专项素质：立定跳远

1.考试方法:考生原地双脚站立在起跳线后，起跳时不能触及或超越起跳线，原地起跳，双脚落地完成动作后，起身向前走出测试区。成绩测量时，从身体落地痕迹的最近点取直线量至起跳线内沿。每人测试2次，取最好成绩。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **分值** | **距离（厘米）** | **分值** | **距离（厘米）** |
| 20 | 250 | 13 | 215 |
| 19 | 245 | 12 | 210 |
| 18 | 240 | 11 | 205 |
| 17 | 235 | 10 | 200 |
| 16 | 230 | 8 | 190 |
| 15 | 225 | 6 | 180 |
| 14 | 220 | 4 | 170 |

（二）专项技术

 1.掷球与踢远

（1）考试方法:在球场以大禁区线的宽度作为掷远与踢远的宽度，再从宽度的两端分别向场内垂直画两条60米以上平行直线作为测试区纵长，标出距离数。考生站在起点线后，原地或助跑均可以，将球以手掷远2次然后用脚踢远2次（采用踢凌空球、反弹球、定位球等方法不限），出球前身体的任何部位都不能过起点线，出球后可以过线，各取其中最好的一次成绩相加为最终成绩。每次掷球的落点必须在测试区横宽以内，否则不计成绩。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **分值** | **距离（米）** | **分值** | **距离（米）** |
| 20 | 60 | 6 | 25 |
| 18 | 55 | 5 | 20 |
| 16 | 50 | 4 | 15 |
| 14 | 45 | 3 | 10 |
| 12 | 40 | 2 | 5 |
| 10 | 35 | -- | -- |
| 8 | 30 | -- | -- |



 2.扑接球

（1）考试方法:如图所示，考生守门，扑接6个（左右两侧各3次）来自罚球弧线外射中球门的有效射门球（含地滚球、半高球、高球以及需要倒地扑救的球）。考生运用技术动作（接高球、拳击球、托球）出击接4个（左右两侧各2次）。

（2）评分标准:考评员参照扑接球评分细则，独立对考生进行技术技能评定。采用20分制评分，分数至多可到小数点后1位。

![X]2W6}2D0]}F46VKZ{IQ~]I.png]()

扑接球评分表

|  |  |
| --- | --- |
| 等级（分值范围） | 评价标准 |
| **优（20-17分）** | 技术动作规范，动作运用合理，选位意识好，身体移动快速、协调 |
| **良（16.9~15分）** | 技术动作规范,动作运用较合理，选位意识较好，身体移动快速、协调 |
| **中（14.9~12分）** | 技术动作基本规范，动作运用较合理，意识尚可，身体移动较快、较协调。 |
| **差（11.9分以下）** | 技术动作不规范，动作运用不合理，选位意识差，身体移动较|慢不协调。 |

（三）实战能力比赛

1.考试方法:视考生人数分队进行比赛。

2.评分标准:考评员参照实战能力评分细则，独立对考生的技术能力、战术能力、心理素质以及比赛作风等方面进行综合评定。

足球实战能力评分细则

|  |  |
| --- | --- |
| **等级（分值范围）** | **评价标准** |
| **优（40-34分）** | 战术意识水平表现突出，攻守职责完成很好，具有很好的阅读比赛。能力:对抗情况下技术动作运用及完成合理、规范;比赛作风顽强、心理状态稳定。 |
| **良（33.9~30分）** | 战术意识水平表现良好，攻守职责完成良好，具有良好的阅读比赛。能力;对抗情况下技术动作运用较合理，完成动作较规范;比赛作风良好、心理状态稳定。 |
| **中（29.9~24分）** | 战术意识水平表现一般，攻守职责完成一般，阅读比赛能力-般;对抗情况下技术动作运用基本合理，完成动作基本规范;比赛作风较好、心理状态有波动。 |
| **差（23.9分以下）** | 战术意识水平表现差，攻守职责不清楚，不具有基本阅读比赛的能力;对抗情况下技术动作运用不合理，完成动作不规范:比赛作风一般、心理状态不稳定。 |