

32 击 剑

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	单摇跳绳	弓步技术	步法技术	攻防技术
分 值	15分	15分	20分	10分	15分	25分

二、考试方法与评分标准

(一) 专项素质

1. 立定跳远

(1) 考试方法：考生双脚站在起跳线外，起跳时双脚不允许越过起跳线，落地后以身体与起跳线最近距离为测量距离。每人测试2次，取最好成绩。

(2) 评分标准：见表32-1。

表 32-1 立定跳远评分表

分值	成绩（厘米）		分值	成绩（厘米）		分值	成绩（厘米）	
	男	女		男	女		男	女
15	279 以上	249 以上	12.6	256	226	9.4	232	202
14.9	279	249	12.5	255	225	9.2	231	201
14.8	278	248	12.4	254	224	9	230	200
14.7	277	247	12.3	253	223	8.8	229	199
14.6	276	246	12.2	252	222	8.6	228	198
14.5	275	245	12.1	251	221	8.4	227	197
14.4	274	244	12	250	220	8.2	226	196
14.3	273	243	11.9	249	219	8	225	195
14.2	272	242	11.8	248	218	7.8	224	194
14.1	271	241	11.7	247	217	7.6	223	193
14	270	240	11.6	246	216	7.4	222	192
13.9	269	239	11.5	245	215	7.2	221	191
13.8	268	238	11.4	244	214	7	220	190
13.7	267	237	11.3	243	213	6.8	219	189
13.6	266	236	11.2	242	212	6.6	218	188

分值	成绩（厘米）		分值	成绩（厘米）		分值	成绩（厘米）	
	男	女		男	女		男	女
13.5	265	235	11.1	241	211	6.4	217	187
13.4	264	234	11	240	210	6.2	216	186
13.3	263	233	10.8	239	209	6	215	185
13.2	262	232	10.6	238	208	5.8	214	184
13.1	261	231	10.4	237	207	5.6	213	183
13	260	230	10.2	236	206	5.4	212	182
12.9	259	229	10	235	205	5.2	211	181
12.8	258	228	9.8	234	204	5	210	180
12.7	257	227	9.6	233	203	0	210 以下	180 以下

2. 单摇跳绳

(1) 考试方法：考生连续进行单摇跳绳，对其在规定时间内完成的跳绳次数进行计数。男子测试时间为3分钟，女子为2分钟。

(2) 评分标准：见表32-2、表32-3。

表 32-2 单摇跳绳评分表（男）

分值	成绩 (单位：个)	分值	成绩 (单位：个)	分值	成绩 (单位：个)	分值	成绩 (单位：个)
15	570（含）以上	11.7	504-505	8.4	438-439	5.1	372-373
14.9	568-569	11.6	502-503	8.3	436-437	5	370-371
14.8	566-567	11.5	500-501	8.2	434-435	4.9	368-369
14.7	564-565	11.4	498-499	8.1	432-433	4.8	366-367
14.6	562-563	11.3	496-497	8	430-431	4.7	364-365
14.5	560-561	11.2	494-495	7.9	428-429	4.6	362-363
14.4	558-559	11.1	492-493	7.8	426-427	4.5	360-361
14.3	556-557	11	490-491	7.7	424-425	4.4	358-359
14.2	554-555	10.9	488-489	7.6	422-423	4.3	356-357
14.1	552-553	10.8	486-487	7.5	420-421	4.2	354-355
14	550-551	10.7	484-485	7.4	418-419	4.1	352-353
13.9	548-549	10.6	482-483	7.3	416-417	4	350-351
13.8	546-547	10.5	480-481	7.2	414-415	3.9	348-349

分值	成绩 (单位: 个)	分值	成绩 (单位: 个)	分值	成绩 (单位: 个)	分值	成绩 (单位: 个)
13.7	544-545	10.4	478-479	7.1	412-413	3.8	346-347
13.6	542-543	10.3	476-477	7	410-411	3.7	344-345
13.5	540-541	10.2	474-475	6.9	408-409	3.6	342-343
13.4	538-539	10.1	472-473	6.8	406-407	3.5	340-341
13.3	536-537	10	470-471	6.7	404-405	3.4	338-339
13.2	534-535	9.9	468-469	6.6	402-403	3.3	336-337
13.1	532-533	9.8	466-467	6.5	400-401	3.2	334-335
13	530-531	9.7	464-465	6.4	398-399	3.1	332-333
12.9	528-529	9.6	462-463	6.3	396-397	3	330-331
12.8	526-527	9.5	460-461	6.2	394-395	2.9	328-329
12.7	524-525	9.4	458-459	6.1	392-393	2.8	326-327
12.6	522-523	9.3	456-457	6	390-391	2.7	324-325
12.5	520-521	9.2	454-455	5.9	388-389	2.6	322-323
12.4	518-519	9.1	452-453	5.8	386-387	2.5	320-321
12.3	516-517	9	450-451	5.7	384-385	2.4	318-319
12.2	514-515	8.9	448-449	5.6	382-383	2.3	316-317
12.1	512-513	8.8	446-447	5.5	380-381	2.2	314-315
12	510-511	8.7	444-445	5.4	378-379	2.1	312-313
11.9	508-509	8.6	442-443	5.3	376-377	2	310-311
11.8	506-507	8.5	440-441	5.2	374-375	0	309 (含) 以下

表 32-3 单摇跳绳评分表 (女)

分值	成绩 (单位: 个)	分值	成绩 (单位: 个)	分值	成绩 (单位: 个)	分值	成绩 (单位: 个)
15	380 (含) 以上	11.9	318-319	8.8	256-257	5.7	194-195
14.9	378-379	11.8	316-317	8.7	254-255	5.6	192-193
14.8	376-377	11.7	314-315	8.6	252-253	5.5	190-191
14.7	374-375	11.6	312-313	8.5	250-251	5.4	188-189
14.6	372-373	11.5	310-311	8.4	248-249	5.3	186-187
14.5	370-371	11.4	308-309	8.3	246-247	5.2	184-185

分值	成绩 (单位: 个)	分值	成绩 (单位: 个)	分值	成绩 (单位: 个)	分值	成绩 (单位: 个)
14.4	368-369	11.3	306-307	8.2	244-245	5.1	182-183
14.3	366-367	11.2	304-305	8.1	242-243	5	180-181
14.2	364-365	11.1	302-303	8	240-241	4.9	178-179
14.1	362-363	11	300-301	7.9	238-239	4.8	176-177
14	360-361	10.9	298-299	7.8	236-237	4.7	174-175
13.9	358-359	10.8	296-297	7.7	234-235	4.6	172-173
13.8	356-357	10.7	294-295	7.6	232-233	4.5	170-171
13.7	354-355	10.6	292-293	7.5	230-231	4.4	168-169
13.6	352-353	10.5	290-291	7.4	228-229	4.3	166-167
13.5	350-351	10.4	288-289	7.3	226-227	4.2	164-165
13.4	348-349	10.3	286-287	7.2	224-225	4.1	162-163
13.3	346-347	10.2	284-285	7.1	222-223	4	160-161
13.2	344-345	10.1	282-283	7	220-221	3.9	158-159
13.1	342-343	10	280-281	6.9	218-219	3.8	156-157
13	340-341	9.9	278-279	6.8	216-217	3.7	154-155
12.9	338-339	9.8	276-277	6.7	214-215	3.6	152-153
12.8	336-337	9.7	274-275	6.6	212-213	3.5	150-151
12.7	334-335	9.6	272-273	6.5	210-211	3.4	148-149
12.6	332-333	9.5	270-271	6.4	208-209	3.3	146-147
12.5	330-331	9.4	268-269	6.3	206-207	3.2	144-145
12.4	328-329	9.3	266-267	6.2	204-205	3.1	142-143
12.3	326-327	9.2	264-265	6.1	202-203	3	140-141
12.2	324-325	9.1	262-263	6	200-201	0	139 以下
12.1	322-323	9	260-261	5.9	198-199		
12	320-321	8.9	258-259	5.8	196-197		

(二) 专项技术

1. 弓步技术

(1) 考试方法: 考生在 30 秒规定时间内, 持剑连续完成向前一步接弓步刺靶动作, 以向前一步接弓步还原成实战姿势为一个完整动作。要求前腿膝关节夹角成直角, 后腿充分伸展, 双脚全脚掌着地; 完成弓步时持剑手臂须伸直。符合以上测试要求的技术动作, 方被视为有效

技术动作。对考生在规定时间内完成有效技术动作的数量进行计数，无效技术不予计数。

(2) 评分标准：见表 32-4。

表 32-4 弓步技术评分表

重剑									
分值	20	19	18	15	13	11	9	7	0
女：成绩（个）	16	15	14	13	12	11	10	9	9 以下
男：成绩（个）	17	16	15	14	13	12	11	10	10 以下
花剑									
分值	20	19	18	15	13	11	9	7	0
女：成绩（个）	15	14	13	12	11	10	9	8	8 以下
男：成绩（个）	16	15	14	13	12	11	10	9	9 以下
佩剑									
分值	20	19	18	15	13	11	9	7	0
女：成绩（个）	19	18	17	16	15	14	13	12	12 以下
男：成绩（个）	20	19	18	17	16	15	14	13	13 以下

2. 步法技术

(1) 考试方法：考生做一套连贯的步法移动技术，内容是向前三步、向后三步、向前三步接弓步还原成实战姿势后再后退三步。

(2) 评分标准：考评员参照步法技术评分细则（表 32-5），从技术的正确、规范、熟练、协调程度和步法节奏的掌控能力等方面，独立对考生进行综合评定。采用 10 分制评分，分数至多可到小数点后 1 位。

表 32-5 步法技术评分细则

等级（分值范围）	评价标准
优（10-8.6 分）	技术正确、规范、熟练、协调；步法节奏的掌控能力好。
良（8.5-7.6 分）	技术较正确、规范、熟练、协调；步法节奏的掌控能力较好。
中（7.5-6 分）	技术基本正确、规范、熟练、协调；步法节奏的掌控能力一般。
差（6 分以下）	技术不正确、规范、熟练、协调；步法节奏的掌控能力较差。

3. 攻防技术

(1) 考试方法：以个别课的形式进行，按照基本技术进行全面考核，时间为 6-8 分钟。

(2) 评分标准：考评员参照攻防技术评分细则（表 32-6），从技术的正确、规范、熟练、协调程度和对距离、时机的判断能力等方面，独立对考生进行综合评定。采用 10 分制评分，

分数至多可到小数点后 1 位。

表 32-6 攻防技术评分细则

等级（分值范围）	评价标准
优（10-8.6 分）	技术正确、规范、熟练、协调；对距离、时机判断准确。
良（8.5-7.6 分）	技术较正确、规范、熟练、协调；对距离、时机的判断较准确。
中（7.5-6 分）	技术基本正确、规范、熟练、协调；对距离、时机判断能力一般。
差（6 分以下）	技术不正确、规范、熟练、协调；对距离、时机的判断能力较差。

（三）实战能力

比赛

1. 考试方法：通过考生实战比赛来测试（因剑种多，可请在校专项学生参加实战）。根据比赛规则打五剑一局。

2. 评分标准：考评员参照实战能力评分细则（表 32-7），从技术的正确、规范、熟练、协调程度和动作运用是否合理有效等方面，独立对考生进行综合评定。采用 10 分制评分，分数至多可到小数点后 1 位。

表 32-7 击剑实战能力评分细则

等级（分值范围）	评价标准
优（10-8.6 分）	技术正确、规范、熟练、协调；动作运用合理有效；击剑意识、实战作风优秀。
良（8.5-7.6 分）	技术较正确、规范、熟练、协调；动作运用合理有效情况良好；击剑意识、实战作风较好。
中（7.5-6 分）	技术基本正确、规范、熟练、协调；动作运用合理有效情况一般；击剑意识、实战作风一般。
差（6 分以下）	技术不正确、规范、熟练、协调；动作运用合理有效情况较差；击剑意识、实战作风较差。

三、其他

击剑器材及剑服请考生自备。