

45 冰 球

一、考核指标与所占分值

类 别	专项技术			实战能力
考核指标	滑行	拨球、传接球	射门	比赛
分 值	20 分	20 分	20 分	40 分

二、测试方法与评分标准

(一) 专项技术

1. 滑行

(1) 考试方法: 按名单顺序每次一人, 直线滑行 20 米接曲线滑行 30 米再接返回转身倒滑 40 米。起点由冰场端线的界墙边丈量 8.25 米, 直线滑行到蓝线第一个障碍物变曲线滑行, 距界墙 8.25 米, 第二个障碍在蓝线、红线中间距界墙 2.25 米, 第三个障碍在中间争球点, 第四个障碍同第二个障碍, 第五个障碍在蓝线上同第三个障碍垂直平行, 第六个障碍在争球点, 返回压步滑行到门后变转身直线倒滑蓝线结束。

(2) 评分标准: 按 20 分制打分, 以上各方面每项得分在 0.5-5 分之间, 见表 45-1。

表 45-1 滑行评分细则

分 值	技 术 标 准
0.5-5 分	基本姿势: 上体前倾, 两腿弯曲, 膝角在 100-120 度之间。
0.5-5 分	蹬冰滑行: 重心与蹬冰同步向滑行腿移动, 身体重心与冰面垂直在两脚中前部。
0.5-5 分	收腿放刀: 蹬冰腿利用蹬冰反作用力积极收腿, 收刀靠近滑行脚开始下刀。
0.5-5 分	双手握杆: 杆刃靠近冰面, 左右摆动整体协调。

2. 拨球

(1) 考试方法: 按名单顺序, 每次 1 人进行测试。

原地拨球: 前、左、右, 长、短结合。时间为 1 分 30 秒。

行进间障碍运球: 每人 1 次, 通过 6 个障碍, 每个障碍之间距离为 4 米。

(2) 评分标准: 按 10 分制打分, 以上各方面每项得分在 0.5-2 分之间, 见表 45-2。

表 45-2 拨球评分细则

分 值	技 术 标 准
0.5-2 分	滑行的基本站立姿势, 肩背手臂放松。
0.5-2 分	目视前方, 余光看球。

分 值	技 术 标 准
0.5-2 分	上手和下手距离根据球的位置能有适当的调整。
0.5-2 分	通过上体肩的带动手腕翻转进行拨球。

3. 传接球

(1) 考试方法: 按名单顺序两人一组传接球。按组次进行, 传接距离 5-6 米, 原地传接球 20 次, 拉传、击打传相结合。

(2) 技术标准: 按 10 分制打分, 以上各方面每项得分在 0.5-2 分之间, 见表 45-3。

表 45-3 传接球评分细则

分 值	技 术 标 准
0.5-2 分	抬头看人, 决定目标。
0.5-2 分	球从拍中部转至拍尖指向目标。
0.5-2 分	球旋转, 不翻滚。
0.5-2 分	拍刃平放在冰面上。
0.5-2 分	手腕用力扣住冰球并缓冲。

4. 射门

(1) 考试方法: 按名单顺序, 每次 1 人进行测试。距离球门 8 米摆放 9 个球, 在 60 秒内用拉射、弹射、击射 3 种射球方式将球射向球门、所有球必须离开冰面 5 厘米以上(球门下部挡有 5 厘米高的挡板)。

(2) 技术标准:

① 拉射: 球拍后部扣球, 肩对目标球门, 后腿蹬冰, 使重心移至前脚, 球从球拍后部转至拍尖射出。

② 弹射: 身体侧对和面对射球方向将球拨至握杆下手一侧脚前或脚旁。杆刃先向后预摆。球杆接触冰面一瞬间两手握杆要牢固, 借助腕的抖动和杆的弹力将球射出。

③ 击射: 将球向前推出一米左右, 杆向后上方举起至肩高, 向前挥拍, 杆刃后部击球后方几厘米的冰面, 产生弹力, 顺势挥拍指向目标, 将球击出。

(3) 评分标准: 考评员根据射门评分表 45-4, 按 20 分制打分, 以上几个方面每次得分标准在 0.5-2 分之间。无射中为 0 分。

表 45-4 射门评分表

分值	成绩(射中)	分值	成绩(射中)	分值	成绩(射中)
18.5-20 分	9	12.5-4 分	6	6.5-8 分	3

分值	成绩(射中)	分值	成绩(射中)	分值	成绩(射中)
16.5-18分	8	10.5-12分	5	4.5-6分	2
14.5-16分	7	8.5-10分	4	2.5-4分	1

专项技术各测试指标的成绩评定均由四名考评员独立评分，去掉一个最高分和最低分后，取剩余分值的平均分为有效分数。

(二) 实战能力

1. 考试方法：视考生人数，将考生分为不同的组(队)，分别进行正式场地的比赛或半场地的比赛。

2. 评分标准：考评员参照实战能力评分细则(表 45-5)对考生的技术能力、战术能力、心理素质及比赛作风四个方面进行综合评定,采用 10 分制评分,分数至多可到小数点后 1 位。

表 45-5 冰球实战能力评分细则

等级(分值范围)	评价标准
优(10-8.6分)	战术能力强,意识好,技术动作规范,运用正确,作风顽强、心理状态稳定。
良(8.5-7.6分)	战术能力较好,意识较好,技术动作规范,运用基本正确,作风顽强、心理状态稳定。
中(7.5-6分)	战术能力一般,意识一般,技术动作基本规范,运用基本正确,作风顽强、心理状态较稳定。
差(6分以下)	战术能力较差,意识一般,技术动作不规范,运用不够正确,作风不顽强、心理状态不稳定。