

05 沙滩排球

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	助跑摸高	发球	接发球扣球	比赛
分值	15分	15分	30分	40分

(一) 专项素质

助跑摸高

1. 考试方法：考生助跑双脚起跳摸高，单手触摸电子摸高器或有固定标尺的高物，记录绝对高度。每人测试2次，取最好成绩（精确到厘米）。

2. 评分标准：见表5-1。

表 5-1 助跑摸高评分表

分值	成绩（秒）		分值	成绩（秒）		分值	成绩（秒）	
	男	女		男	女		男	女
15.0	14"0	16"0	11.2	15"9	17"9	7.4	17"8	19"8
14.8	14"1	16"1	11.0	16"0	18"0	7.2	17"9	19"9
15.00	3.40	3.00	11.20	3.21	2.81	7.40	3.02	2.62
14.80	3.39	2.99	11.00	3.20	2.80	7.20	3.01	2.61
14.60	3.38	2.98	10.80	3.19	2.79	7.00	3.00	2.60
14.40	3.37	2.97	10.60	3.18	2.78	6.80	2.98	2.59
14.20	3.36	2.96	10.40	3.17	2.77	6.60	2.96	2.58
14.00	3.35	2.95	10.20	3.16	2.76	6.40	2.94	2.57
13.80	3.34	2.94	10.00	3.15	2.75	6.20	2.92	2.56
13.60	3.33	2.93	9.80	3.14	2.74	6.00	2.90	2.55
13.40	3.32	2.92	9.60	3.13	2.73	5.80	2.88	2.54
13.20	3.31	2.91	9.40	3.12	2.72	5.60	2.86	2.53
13.00	3.30	2.90	9.20	3.11	2.71	5.40	2.84	2.52
12.80	3.29	2.89	9.00	3.10	2.70	5.20	2.82	2.51
12.60	3.28	2.88	8.80	3.09	2.69	5.00	2.80	2.50
12.40	3.27	2.87	8.60	3.08	2.68	4.80	2.78	2.48
12.20	3.26	2.86	8.40	3.07	2.67	4.60	2.76	2.46

分值	成绩(秒)		分值	成绩(秒)		分值	成绩(秒)	
	男	女		男	女		男	女
12.00	3.25	2.85	8.20	3.06	2.66	4.40	2.74	2.44
11.80	3.24	2.84	8.00	3.05	2.65	4.20	2.72	2.42
11.60	3.23	2.83	7.80	3.04	2.64	4.00	2.70	2.40
11.40	3.22	2.82	7.60	3.03	2.63	0	2.70 以下	2.40 以下

(二) 专项技术

1. 发球

(1) 考试方法：考生在发球区内任意位置连续发球 10 次，采用上手发球。

(2) 评分标准：发球有速度、有力量、落点好，得 1.5 分；发球飞行速度慢、力量小酌情扣分；发球失误无分。累计 10 次发球得分为最终成绩。

2. 接发球扣球

(1) 考试方法：考生分别站在后半场左右区域内，垫击对方后半场区考评员发球，由考评员或考生（二传）在前场传球后再扣球。左半场区域接发球后在四号位扣球，右半场区域接发球后在二号位扣球。四号、二号位各 5 次扣球，共计 10 次扣球。如图 5-1 所示。

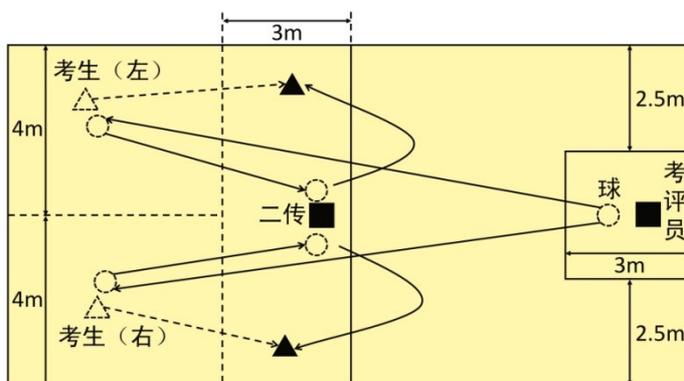


图 5-1 接发球扣球示意图

(2) 评分标准：扣球有一定力量，落在场地内，记 3 分；扣球缺少力量速度，酌情扣分；累计 10 次扣球得分为最终成绩。

(三) 实战能力

比赛

1. 考试方法：二对二比赛（可由考评员向两边抛球进行）。

2. 评分标准：考评员参照实战能力评分细则（表 5-2），独立对考生的技术动作规范、协调程度，运用效果，战术意识以及个人实战能力等方面进行综合评定。采用 10 分制评分，分

数至多可到小数点后 1 位。

表 5-2 沙滩排球实战能力评分细则

等级（分值范围）	评价标准
优（10-8.6 分）	技术动作规范协调，运用效果良好；战术意识及个人实战能力很强。
良（8.5-7.6 分）	技术动作较规范协调，运用效果良好；战术意识及个人实战能力较强。
中（7.5-6 分）	技术动作规范程度、协调性及运用效果一般；战术意识及个人实战能力一般。
差（6 分以下）	技术动作规范程度、协调性及运用效果较差；战术意识及个人实战能力较差。