

## 07 羽毛球

### 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	前后左右移动	前场技术	后场技术	比赛
分值	10分	10分	10分	70分

### 二、考试方法与评分标准

#### (一) 专项素质

##### 前后左右移动

1. 考试方法: 考生站在起点处(场地中线和底线交叉点后), 听到“预备-跑”口令(计时开始), 沿着中线采用直线上网步法, 持拍手触网顶白线后, 直线后退踩底线为完成1次前后移动, 反复进行5次。

当第5次回到底线, 脚踩底线同时, 从中线开始, 采用向左右两侧移动的步法至场地右侧单打边线处, 用持拍手触拨单打边线上的羽毛球, 然后用向左侧移动的步法至场地左侧单打边线处, 用持拍手触拨单打边线上的羽毛球, 转身面向球网(左手持拍者在右侧触拨球时转身), 继续向反方向进行下一次移动, 反复进行5次。当完成最后一球触拨后回到中线踩线计时停止, 记录完成的时间。如图7-1所示(图中三角形为放置在单打边线上的羽毛球)。

考生如前后移动未踩线和触网, 视为违例, 应重新踩线或触网才能继续完成后面的测试; 左右移动时未触拨到球, 或在左(右)侧场区边线触拨球后没有转体面向球网的, 视为违例, 应重新触拨球或回到边线处转体面向球网才能继续完成后面的测试。

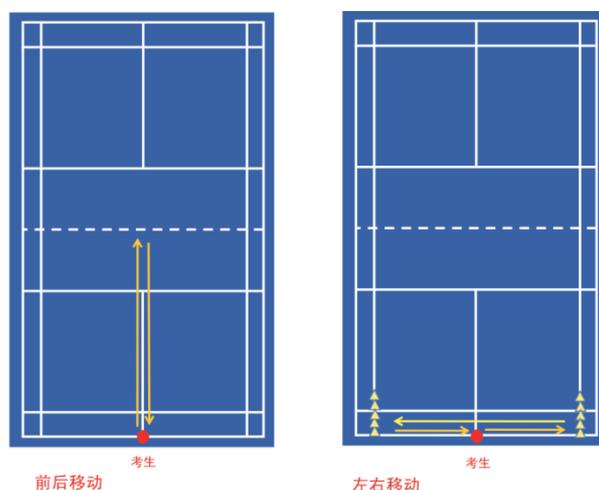


图 7-1 前后左右移动示意图

2. 评分标准：见表 7-1。

表 7-1 前后左右移动评分表

分值	成绩		分值	成绩	
	男	女		男	女
10	33"0	36"0	5	38"0	41"0
9.5	33"5	36"5	4.5	38"5	41"5
8	34"0	37"0	4	39"0	42"0
8.5	34"5	37"5	3.5	39"5	42"5
8	35"0	38"0	3	40"0	43"0
7.5	35"5	38"5	2.5	40"5	43"5
7	36"0	39"0	2	41"0	44"0
6.5	36"5	39"5	1.5	41"5	44"5
6	37"0	40"0	1	42"0	45"0
5.5	37"5	40"5	0.5	42"5	45"5

## (二) 专项技术

### 1. 前场技术（正反手放、勾、推）

#### (1) 考试方法：

① 右侧场区击球（共 10 个球）：由考评员向考生右侧网前抛球，考生站在前发球线后上网，并按照固定的顺序，运用放、勾、推技术将球分别击到指定的区域内（A、B、C、D），并轮转 2 次（共击 8 个球），最后两球应击到提前选择的 2 个区域内（A、B 区域任选其一，C、D 区域任选其一）。如图 7-2 所示。

② 左侧场区击球（共 10 个球）：由考评员向考生左侧网前抛球，考生站在前发球线后上网，并按照固定的顺序，运用勾、放、推技术将球分别击到指定的区域内（A、B、C、D），并轮转 2 次（共击 8 个球），最后两球应击到提前选择的 2 个区域内（A、B 区域任选其一，C、D 区域任选其一）。如图 7-3 所示。

考生应站在前发球线后准备，落点必须严格按照 A、B、C、D 的顺序进行（A、B、C、D 的面积都是 100cm×100cm，从场地线的外沿测量），并且最后两球必须在测试前提前选择落点区域。

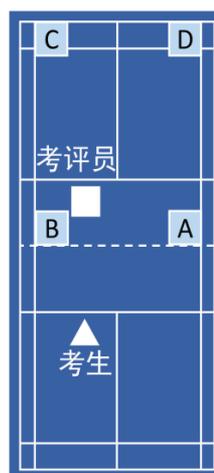
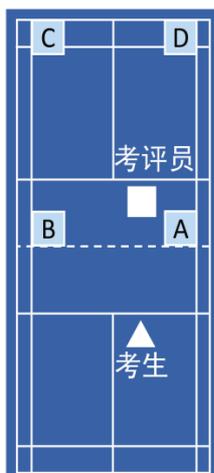


图 7-2 前场技术右侧场区示意图 图 7-3 前场技术左侧场区示意图

(2) 评分标准：将前场两组测试中进入有效区域的球数累计相加为最终成绩，见表 7-2。

表 7-2 前场技术评分表

分值	成绩 (个)	分值	成绩 (个)
10	16 (含) 以上	5.5	7
9.5	15	5	6
9	14	4.5	5
8.5	13	4	4
8	12	3.5	3
7.5	11	3	2
7	10	2.5	1
6.5	9	0	0
6	8	-	-

## 2. 后场技术 (直线和斜线高远球、吊球)

### (1) 考试方法:

① 右侧场区击球 (共 10 个球): 由考评员发高远球, 考生站在右场区双打后发球线前外, 分别运用高远球和吊球技术将球分别击到指定的区域内 (E、F、G、H), 并轮转 2 次。最后两球应击到提前选择的 2 个区域内 (E、F 区域任选其一, G、H 区域任选其一)。如图 7-4 所示。

② 左侧场区击球 (共 10 个球): 由考评员发高远球, 考生站在左场区双打后发球线前外, 分别运用高远球和吊球技术将球分别击到指定的区域内 (E、F、G、H), 并轮转 2 次。最后两球应击到提前选择的 2 个区域内 (E、F 区域任选其一, G、H 区域任选其一)。如图 7-5 所示。

考生在双打后发球线前准备击球。要求快速吊球, 进入吊球落点有效区域为成功。考评员

发球后考生可以选择起跳或原地吊球。但在击球前双脚不能踩线或超越双打后发球线。落点必须严格按照 E、F、G、H 的顺序走 (E、F、G、H 的面积都是 100cm×100cm, 从场地线的外沿测量), 并且自由选择的两点要在测试前提前选择。考评员发球没有发到考生站位区域时, 考生可以不接, 考评员重新发球。

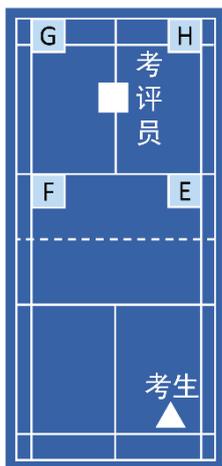


图 7-4 后场技术右侧场区示意图

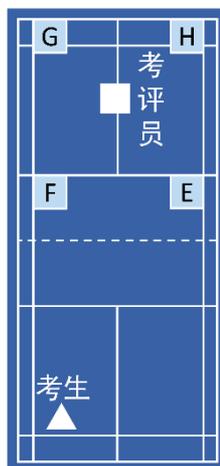


图 7-5 后场技术右侧场区示意图

(2) 评分标准: 将后场两组测试中进入有效区域的球相加计算得分, 见表 7-3。

表 7-3 后场技术评分表

分值	成绩 (个)	分值	成绩 (个)
10	16 (含) 以上	5.5	7
9.5	15	5	6
9	14	4.5	5
8.5	13	4	4
8	12	3.5	3
7.5	11	3	2
7	10	2.5	1
6.5	9	0	0
6	8	-	-

### (三) 实战能力

#### 比赛

1. 考试方法: 分别组织男女考生进行比赛。赛制一局, 21 分每球得分, 11 分交换场地, 先到 21 分为获胜 (20:20 不加分)。

(1) 6 人 (含) 以内进行单循环赛, 决出全部名次。考生的上场顺序由抽签决定。

(2) 6人以上采用阶段赛方法，第一阶段分组循环赛，第二阶段淘汰赛。第一阶段：7至12人分为两组，12人以上分为四组。

分组方法，按运动技术等级高低排序，等级高者先抽签确定签位，下一级别考生的起始签位根据上一级别签位确定。

例，运动健将2人，抽签先确定1、2号签位；一级运动员3人，起始签位从3号开始，抽签确定3、4、5号签位；二级运动员起始签位从6号开始。

以此类推。签位确定后，按蛇形排列方法进行分组。

第二阶段：7至12人决出小组名次后，进行交叉淘汰决出全部名次。第一组第一对阵第二组第二。第二组第一对阵第一组第二。以此类推。

12人以上决出小组名次后，进行同名次淘汰决出全部名次。第一组第一对阵第三组第一。第二组第一对阵第四组第一。以此类推。

其他内容参照中国羽毛球协会审定的羽毛球竞赛规则执行。

## 2. 评分标准：

比赛成绩 =  $\frac{N-R+1}{N} \times 40 + 30$ ，其中 N 为该专项考试人数，R 为比赛名次。