**佛山三中**

**2021年羽毛球特长生测试方案**

**一、 测试指标与分值**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 类别 | 身体素质 | 分值 | 基本技术 | 分值 | 实战能力 | 分值 |
| 指标 | 四点步法 | 20分 | 杀上网搓球 | 20分 | 实战名次 | 60分 |

**二、 测试方法与评分标准**

（一） 四点步法（20分）

1、 测试方法

分别在羽毛球场的单打边线与前发球线、单打边线与双打后发球线位置分别放置3个羽毛球和2个羽毛球（总数10个球），并在球场中心画一个直径为1米的圆圈。测试者听到口令出发为计时开始，采用四点步法以逆时针的方向分别将10个球拨到（要求每次拨倒一个球都要有一只脚回到圆圈内，拨倒最后一个球两只脚都回到圆圈内为计时结束）。

2、 成绩评分

根据时间的长短依次给出名次，并通过名次给出相应的分数。（比如第一名为20分，第二名为18分每个名次依次向后递减2分）

(二) 杀上网搓球（20分）

1、 测试方法

测试者重复球路进行10个回合的杀上网

2、 成绩评比

主考老师根据测试者杀球的落点，球速，搓球的质量跟上网步法的连贯给出相应的综合分数。(三) 实战名次（60分）

1、 测试方法

所有测试者采取循环赛的赛制进行单打比赛，每场比赛采用一局21分制（11分交换场地）。

2、 成绩评比

主考老师通过比赛成绩跟比赛过程中测试者的技战术运用给出综合的成绩。