

天津科技大学 2018 年高水平运动员专项测试内容

健美操（男生）

一、 难度测试（40 分）

1. 规定难度：

规定难度不能更改和降组，未达到最低难度完成标准的规定难度视为 0 分。

组别	名称	分值	得分
A	托马斯成文森	0.6	5
B	直角支撑转体 720°	0.6	5
C	剪式变身跳转体 180°	0.6	5
D	无支撑依柳辛成垂地劈腿	0.6	5

2. 自选难度：

参照《2017—2020 年竞技健美操竞赛规则》的难度动作表，考生自选完成 A、B、C、D 各组别中的两个难度，其中一个难度可以做在规定难度基础上提高分值的动作，两个自选难度不可做相同根命名的难度（B 组自选可以做分腿支撑转体）。考生完成自选难度 0.7 以上含 0.7 的各组别难度为 5 分，0.6 的难度为 4 分，0.5 的难度为 3 分，0.4 的难度为 2 分。每个难度 2 次机会，取完成最好的一个难度给予评分。（总分 40 分）

二、 套路测试（40 分）

竞技规定套路或自选套路，时间（1' 20" ±5"）

1. 成套动作完美呈现 36-40 分
2. 成套动作展现出了高水平 31-35 分
3. 成套动作展现出了良好水平 26-30 分
4. 成套动作展现出了中等水平 21-25 分
5. 成套动作展现出了低水平 16-20 分

三、 素质测试（20 分）

1. 屈体分腿跳 5 分：在规定时间内（30"）完成 20 个，每少 1 个减 1 分；
2. 俯卧撑 5 分：在规定时间内（30"）完成 30 个以上得 5 分，每少 2 个减 1 分；
3. 柔韧 10 分：横叉 4 分，竖叉左、右腿各 2 分，肩柔韧 2 分。

四、 运动员的测试音乐必须单独放在一个 U 盘里，运动员测试时必须穿健美操竞技比赛服、比赛鞋，否则视为放弃该项目测试。

五、 考核有关办法说明

1. 总分 100 分。按照报考类别、考生性别，分数由高至低分别排名，如果遇到总分相同的情况，依次按照：难度，套路，素质得分高者在前。报考单招的考生考试分数需达到 80 分以上（含 80 分）；报考二本线及二本线 65% 的考生考试分数需达到 70

分（含 70 分）。

2. 学校按照《普通高等学校招生体检工作指导意见》和高水平运动队实际需求组织报考考生进行必要体检，有传染性疾病或不适于从事竞技体育活动的疾病患者不予录取。

健美操（女生）

一、 难度测试（40 分）

1. 规定难度：

规定难度不能更改和降组，未达到最低难度完成标准的规定难度视为 0 分。

组别	名称	分值	得分
A	锐角支撑转体 180° 成俯撑	0.7	5
B	直角支撑转体 720°	0.6	5
C	剪式变身跳转体 180°	0.6	5
D	无支撑依柳辛成垂地劈腿	0.6	5

2. 自选难度：

参照《2017—2020 年竞技健美操竞赛规则》的难度动作表，考生自选完成 A、B、C、D 各组别中的两个难度，其中一个难度可以做在规定难度基础上提高分值的动作，两个自选难度不可做相同根命名的难度（B 组自选可以做分腿支撑转体）。考生完成自选难度 0.7 以上含 0.7 的各组别难度为 5 分，0.6 的难度为 4 分，0.5 的难度为 3 分，0.4 的难度为 2 分。每个难度 2 次机会，取完成最好的一个难度给予评分。（总分 40 分）

二、 套路测试（40 分）

竞技规定套路或自选套路，时间（1' 20" ± 5"）

1. 成套动作完美呈现 36-40 分
2. 成套动作展现出了高水平 31-35 分
3. 成套动作展现出了良好水平 26-30 分
4. 成套动作展现出了中等水平 21-25 分
5. 成套动作展现出了低水平 16-20 分

三、 素质测试（20 分）

1. 屈体分腿跳 5 分：在规定时间内（30"）完成 15 个，每少 1 个减 1 分；
2. 俯卧撑 5 分：在规定时间内（30"）完成 20 个以上得 5 分，每少 2 个减 1 分；
3. 柔韧 10 分：横叉 4 分，竖叉左、右腿各 2 分，肩柔韧 2 分。

四、 运动员的测试音乐必须单独放在一个 U 盘里，运动员测试时必须穿健美操竞技比赛服、比赛鞋，否则视为放弃该项目测试。女运动员可适当化淡妆测试。

五、 考核有关办法说明

1. 总分 100 分。按照报考类别、考生性别，分数由高至低分别排名，如果遇到总分相同的情况，依次按照：难度，套路，素质得分高者在前。报考单招的考生考试分数需达到 80 分以上（含 80 分）；报考二本线及二本线 65%的考生考试分数需达到 70 分（含 70 分）。
2. 学校按照《普通高等学校招生体检工作指导意见》和高水平运动队实际需求组织报考考生进行必要体检，有传染性疾病或不适于从事竞技体育活动的疾病患者不予录取。