

# 天津科技大学 2019 年高水平运动队健美操项目测试内容

## 男 生

### 一、难度测试

1. 规定难度：规定难度不能更改和降组，难度连接中的难度不可更改和降组。：A、B 组难度和难度连接可任选其中之一完成，也可由低至高完成，每组难度和难度连接有两次机会，取难度完成分值最高的一个难度给予评分。未达到最低难度完成标准的规定难度视为 0 分。

组别	名称
A	反切转体 180° 成俯撑/（反切转体 180° 成文森）
B	直角支撑转体 720° /（分腿水平支撑接控腿文森）
C	剪式变身跳转体 180°
D	无支撑依柳辛成垂地劈腿
难度连接	剪式变身跳转体 180° 接转体 180° 屈体跳再转 180° 成卧撑/（剪式变身跳转体 180° 接转体 360° 纵劈腿跳再转 180° 屈体分腿跳再转 180° 成卧撑）

**难度连接说明：**剪变时双腿开度要到最低标准否则减 1 分，落俯撑时除手脚以外的身体任何部位有轻微触地的减 1 分，有 2 处部位触地减 2 分，出现的错误累计减分。完全没有控制落地的视为 0 分。

### 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、C、D 各组别中的一个难度（难度连接中的难度只要与规定难度不是同根命名的难度，可以自选难度），做自选难度不可做与规定难度相同根命名的难度。

### 二、套路测试

竞技规定套路或自选套路，时间（1' 20" ±5"）

### 三、素质测试

1. 屈体分腿跳，时间：60"
2. 提臀腾起，时间：30"
3. 柔韧

### 四、注意事项

运动员测试时须穿健美操竞技比赛服、比赛鞋，否则视为放弃该项目测试。运动员的测试音乐须单独放入 U 盘。

### 五、考核有关办法说明

1. 考生只能从“文化单考”和“普通高考”两类别中选择一个报考类别。按照考生报考类别、性别分组排名。
2. 总分 100 分, 申请我校“文化单考”政策的考生, 专业测试成绩需达到 80 分以上(含 80 分); 申请我校“二本线 65%”政策的考生, 专业测试成绩需达到 70 分以上(含 70 分)。
3. 考生总分相同的情况下, 依次按照难度、套路、素质得分高低进行排序。
4. 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。

## 女 生

### 一、难度测试

#### 1. 规定难度

规定难度不能更改和降组, 难度连接中的难度不可更改和降组。未达到最低难度完成标准的规定难度视为 0 分。

组别	名称
A	直升飞机接文森
B	直角支撑转体 720°
C	剪式变身跳转体 180°
D	抱腿转体 720°
难度连接	剪式变身跳转体 180° 接转体 180° 科萨克跳再转 180° 成俯撑

**难度连接说明:** 剪变时双腿开度要到最低标准否则减 1 分, 落俯撑时除手脚以外身体任何部位有轻微触地的减 1 分, 有 2 处部位触地减 2 分, 出现的错误累计减分。完全没有控制落地的视为 0 分。

#### 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、C、D 各组别中的一个难度, 自选难度不可做与规定难度相同根命名的难度, (难度连接中的难度只要与规定难度不是同根命名的难度, 可以自选难度), 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。

### 二、套路测试

竞技规定套路或自选套路, 时间 (1' 20" ± 5")

### 三、素质测试

1. 屈体分腿跳, 时间: 60"

2. 提臀腾起，时间：30”

3. 柔韧

#### **四、注意事项**

运动员测试时须穿健美操竞技比赛服、比赛鞋，否则视为放弃该项目测试。女生可适当化淡妆。运动员的测试音乐必须单独放入U盘。

#### **五、考核有关办法说明**

1. 考生只能从“文化单考”和“普通高考”两类别中选择一个报考类别。按照考生报考类别、性别分组排名。

2. 总分100分，申请我校“文化单考”政策的考生，专业测试成绩需达到80分以上(含80分)；申请我校“二本线65%”政策的考生，专业测试成绩需达到70分以上(含70分)。

3. 考生总分相同的情况下，依次按照难度、套路、素质得分高低进行排序。

4. 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。