**湖南体育职业学院单独招生考试**

**高尔夫球专项测试标准**

**一、测试内容与分值**

（一）立定跳远 20分

（二）高尔夫球挥杆技术 40分

（三）高尔夫球短切杆技术 40分

**二、测试方法与评分标准**

（一）立定跳远（20分）

1.测试方法：测试时考生两脚自然开立站于起跳线后，脚尖不得踩线。两脚原地同时起跳，不得有垫步或连跳动作。测量起跳线后沿至最后着地点后沿的垂直距离。每位考生可连续跳2次，取最好成绩。

2.测试要求：考生不得踩线，跳完后应往前走1-2步再在考试区外沿回至起跳区，对踩线犯规和不服从裁判安排的考生，裁判员应予以警告，2次犯规则或受到警告的考生取消其考试资格。

3.评分标准：立定跳远评分标准详见表1。

表1 立定跳远评分标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **分值** | **男子成绩（厘米）** | **分值** | **男子成绩（厘米）** | **分值** | **女子成绩（厘米）** | **分值** | **女子成绩（厘米）** |
| **20** | **≧281** | **10** | **211-215** | **20** | **≧221** | **10** | **156-160** |
| **19** | **271-280** | **9** | **206-210** | **19** | **211-220** | **9** | **151-155** |
| **18** | **261-270** | **8** | **201-205** | **18** | **201-210** | **8** | **146-150** |
| **17** | **251-260** | **7** | **198-200** | **17** | **191-200** | **7** | **143-145** |
| **16** | **241-250** | **6** | **195-197** | **16** | **186-190** | **6** | **140-142** |
| **15** | **236-240** | **5** | **182-194** | **15** | **181-185** | **5** | **137-139** |
| **14** | **231-235** | **4** | **179-181** | **14** | **176-180** | **4** | **134-136** |
| **13** | **226-230** | **3** | **176-178** | **13** | **171-175** | **3** | **131-133** |
| **12** | **221-225** | **2** | **173-175** | **12** | **166-170** | **2** | **126-130** |
| **11** | **216-220** | **1** | **171-172** | **11** | **161-165** | **1** | **121-125** |
|  |  | **0** | **≦170** |  |  | **0** | **≦120** |

 备注：立定跳远测量成绩记录采用四舍五入法精确到1厘米。

（二）高尔夫球挥杆技术（40分）

1.测试方法：考生在学院高尔夫球模拟室进行全挥杆技术击球，共击打5颗球，将对其挥杆的技术动作及击球效果两方面进行综合评分。技术动作（20分）：准备姿势10分，挥杆动作10分；击球效果（20分）：每球4分。

2.测试要求：考生使用7号铁杆击球，可以试挥杆但试挥杆次数不得超过2次，每次完击球需等球静止后才能进行下一次击球，评分采用3人评分制，取平均分为最后得分。

3.评分标准：挥杆技术评分标准详见表2，挥杆击球效果评分标准详见表3。

表2 挥杆技术评分标准

|  |
| --- |
| **评分因素** |
| **准备姿势** | **全挥杆动作** | **分值** |
| 站姿与握杆很好，身体的关节角度及脊柱的倾斜度很好 | 动作的流畅性和稳定性很好，身体协调性与发力顺序很好 | 9.0-10分 |
| 站姿与握杆较好，身体的关节角度及脊柱的倾斜度较好 | 动作的流畅性和稳定性较好，身体协调性与发力顺序较好 | 8.0-8.9分 |
| 站姿与握杆一般，身体的关节角度及脊柱的倾斜度一般 | 动作的流畅性和稳定性一般，身体协调性与发力顺序一般 | 7.0-7.9分 |
| 站姿与握杆差，身体的关节角度及脊柱的倾斜度差 | 动作的流畅性和稳定性差，身体协调性与发力顺序差 | 6.0-6.9分 |
| 站姿与握杆很差，身体的关节角度及脊柱的倾斜度很差 | 作的流畅性和稳定性很差，身体协调性与发力顺序很差 | 0-5.9分 |

表3 挥杆击球效果评分标准

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **男子（码）** | **女子（码）** | **分值** |
| 击球距离≧100 | 击球距离≧80 | 4分 |
| 击球距离80-99 | 击球距离60-79 | 3分 |
| 击球距离60-79 | 击球距离40-59 | 2分 |
| 击球距离40-59 | 击球距离20-39 | 1分 |
| 击球距离**≦**39 | 击球距离**≦**19 | 0分 |

 备注：击球距离成绩记录采用四舍五入法精确到1码。

（三）高尔夫球短切杆技术（40分）

1、测试方法：考生在学院高尔夫球模拟室进行短切杆技术击球，距离旗杆25码处共击打5颗球，将对其短切杆的技术动作及击球效果两方面进行综合评分。技术动作（20分）：准备姿势10分，切杆动作10分；击球效果（20分）：每球4分。

2、测试要求：考生使用使用短杆或角度杆击球，可以试挥杆但试挥杆次数不得超过2次，每次击完球需球静止后才能进行下一次击球，评分采用3人评分制，取平均分为最后得分。

3、评分标准：短切杆技术评分标准详见表4，短切杆击球效果评分标准详见表5。

表4 短切杆技术评分标准

|  |
| --- |
| **评分因素** |
| **准备姿势** | **短切杆动作** | **分值** |
| 站姿与握杆很好，身体的关节角度及重心分布很好 | 动作的流畅性和稳定性很好，身体协调性与切球后手腕固定很好 | 9.0-10分 |
| 站姿与握杆较好，身体的关节角度及重心分布较好 | 动作的流畅性和稳定性较好，身体协调性与切球后手腕固定较好 | 8.0-8.9分 |
| 站姿与握杆一般，身体的关节角度及重心分布一般 | 动作的流畅性和稳定性一般，身体协调性与切球后手腕固定一般 | 7.0-7.9分 |
| 站姿与握杆差，身体的关节角度及重心分布差 | 动作的流畅性和稳定性差，身体协调性与切球后手腕固定差 | 6.0-6.9分 |
| 站姿与握杆很差，身体的关节角度及重心分布很差 | 动作的流畅性和稳定性很差，身体协调性与切球后手腕固定很差 | 0-5.9分 |

表5 短切杆击球效果评分标准

|  |  |
| --- | --- |
| **球与旗杆的距离（码）** | **分值** |
| 球静止后到旗杆的距离**≦**5.0 | 4分 |
| 球静止后到旗杆的距离5.1-8.0 | 3分 |
| 球静止后到旗杆的距离8.1-11.0 | 2分 |
| 球静止后到旗杆的距离11.1-14.0 | 1分 |
| 球静止后到旗杆的距离≧14.1 | 0分 |

 备注：球与旗杆的距离成绩记录采用四舍五入法精确到0.1码。