

运动训练专业 2025 年专升本武术套路测试评分标准

一、考核指标及所占分值（总分 100 分）

类别	专项技术		实战能力	
考核指标	正踢腿	腾空飞脚	拳术	器械
分值	10 分	10 分	40 分	40 分

二、考试方法与评分标准

（一）专项技术

1. 正踢腿（总分为 10 分）

（1）考试方法：考生身体正直，挺胸、收腹、立腰。要求踢腿时，摆动腿挺膝伸直，脚尖勾起绷落；收髋猛收腹，踢腿过腰后加速，要有寸劲。

（2）评分标准：考评员参照正踢腿评分细则（表 1-1），独立对考生的技术动作完成情况进行评定。

表 1-1 正踢腿评分细则

等级（分值范围）	评价标准
优（10 ~ 9 分）	凡符合摆动腿挺膝伸直，且其余三点（支撑腿挺直，上体正直，摆动腿脚尖触及额头）都符合技术要求。
良（8.9 ~ 7 分）	凡符合摆动腿挺膝伸直，且其余三点（支撑腿挺直，上体正直，摆动腿脚尖触及额头）符合两点。
中（6.9 ~ 4 分）	凡符合摆动腿挺膝伸直，且其余三点（支撑腿挺直，上体正直，摆动腿脚尖触及额头）符合一点。
差（4 分以下）	凡摆动腿未挺膝伸直，或摆动腿挺膝伸直其余三点（支撑腿挺直，上体正直，摆动腿脚尖触及额头）均不符合。

2. 腾空飞脚（总分为 10 分）

（1）考试方法：考生在空中，左腿屈膝收控于腹前，右腿踢摆时击响腿脚尖过肩；击响时，击掌、拍脚连续、准确、响亮；上体正直或微向前倾；落地时，起跳脚先着地。

（2）评分标准：考评员参照腾空飞脚评分细则（表 1-2），独立对考生的技术动作完成情况进行评定。

表 1-2 腾空飞脚评分细则



等级（分值范围）	评价标准
优（10 ~ 9 分）	凡符合起跳脚先着地，且其余三点（左腿屈膝，连续击掌、拍脚，摆动腿脚尖过肩）符合三点技术要求。
良（8.9 ~ 7 分）	凡符合起跳脚先着地，且其余三点（左腿屈膝，连续击掌、拍脚，摆动腿脚尖过肩）符合两点技术要求。
中（6.9 ~ 4 分）	凡符合起跳脚先着地，且其余三点（左腿屈膝，连续击掌、拍脚，摆动腿脚尖过肩）符合一点技术要求。
差（4 分以下）	凡起跳脚未先着地，且其余三点（左腿屈膝，连续击掌、拍脚，摆动腿脚尖过肩）均不符合技术要求。

（二）实战能力

拳术、器械（总分为 80 分）

1. 考试方法：考生在下述规定拳种中任选一个拳种的拳术、器械进行测试，各占 40 分。

规定拳种包括：长拳、太极拳、南拳、形意拳、八卦掌、八极拳、通臂拳、劈挂拳、翻子拳、地躺拳、象形拳、查拳、华拳、炮拳、洪拳、少林拳、戳脚。

要求按照规定的时间在 8×14 米的场地上完成套路，器械自备。

完成套路时间：太极拳及太极器械为 1 分 30 秒 - 2 分钟；其它拳术及器械不少于 1 分钟。

2. 评分标准：考评员参照武术套路实战能力评分细则（表 1-3），独立对考生的套路完成情况进行评定。

对考生未在规定时间内完成套路，将在专项技术考评分中扣除应扣分数。太极拳及太极器械类套路时间不足或超出规定时间 5 秒（含 5 秒）扣 1 分，5 秒以上 10 秒以内（含 10 秒）扣 2 分，以此类推。其它拳术及器械套路时间不足规定时间 2 秒（含 2 秒）扣 1 分，2 秒以上 4 秒以内（含 4 秒）扣 2 分，以此类推。

表 1-3 武术套路实战能力评分细则

等级（分值范围）	评价标准
优（40 ~ 36 分）	动作姿势规范、方法运用合理、技术熟练、节奏分明、协调流畅、劲力充足、风格突出。
良（35 ~ 28 分）	动作姿势较规范、方法运用较合理、技术较熟练、节奏处理较好、动作较流畅、劲力较充足、风格较突出。
中（27 ~ 16 分）	动作姿势基本规范、方法运用基本合理、动作流畅性、劲力、节奏、风格一般。
差（16 分以下）	动作姿势不规范、方法运用不合理、技术不熟练、节奏、动作协调性、劲力、拳种风格特点不突出。



