# 黑龙江冰雪体育职业学院

# 冰壶专项技术考核标准

一、考试办法

（一）考试内容：

1、基本投壶技术。

2、投壶技术效果。

（二）考试方法

按照笔试成绩排名进行抽签，按照抽签顺序对单个人进行技术考试。每个人考试前给予五分钟适应场地，考生要听从考务人员指挥。

（三）各项冰壶技术效果考试场地布置

1、投准技术效果场地投壶端应准备至少四个冰壶，冰壶比赛区域不能有其他阻挡物。

2、清除技术效果场地布置，每次应放1个冰壶到中心线与前掷线交点向大本营方向延后1米放置。

3、打定技术效果场地布置，每次应放1个冰壶在大本营圆心点上。

4、传递技术效果场地布置，每次应放1个冰壶到中心线与大本营最外圈线交点向投壶方向延后1米放置。

(四)评分要求

每人每项投壶技术效果限制投壶3次，取最好成绩，可以放弃，基本投壶技术评分限定在投准技术效果测试的投壶过程中。基本投壶技术得分根据评分表一评定该项成绩，分数高者名次列前。投壶技术效果得分根据评分表二评定该项成绩，分数高者名次列前。根据评分表一和评分表二所得分数相加为考生最终得分。

投壶过程按国际壶联最新竞赛规则执行。考生每个投壶可自主选择是否擦冰，擦冰技术不做为基本投壶技术评分项目。

（五）考生自备冰壶刷、冰壶专用鞋。

二、评分标准

评分表 一

|  |
| --- |
| **基本投壶技术（50分）** |
| 具体项目 | 项目评分具体事项 | 评分 | 备注 |
| （一）准备蹬踏姿势评分。10分 | 1、全身放松、不僵硬。2分2、蹬脚与投壶线平行。2分3、投壶臂放松自然伸直。2分4、抬头目视前方。2分5、持刷子的臂处于自然伸直，刷子在臂下，刷毛朝上。2分 |  |  |
| （二）向前滑行的技术。10分 | 1、全脚掌滑行，体重落在全脚掌，滑行脚尖向外。2.5分2、蹬板力量逐渐加大。2.5分3、滑行脚置于胸部和腹部之下的位置，体重落在滑行脚上。2.5分4、投壶臂自然伸向前方。2.5分 |  |  |
| （三）完整投壶过程中稳定的平衡。10分 | 1、十分稳定。10分2、身体微微晃动。6分3、身体晃动明显。3分4、摔倒。0分 |  |  |
| （四）良好的投投壶时机掌握。10分 | 1、良好时机掌握。10分2、时机掌握一般。6分3、时机掌握差。3分4、投壶犯规。0分 |  |  |
| （五）良好的松手时机。10分 | 1、良好时机掌握。10分2、时机掌握一般。6分3、时机掌握差。3分4、投壶犯规。0分 |  |  |

评分表 二

|  |
| --- |
| **投壶技术效果评分（50分）** |
| （一）投准技术效果。12.5分 | 1、投进营垒区4ft内。12.5分2、投进营垒区6至4ft内。6.5分3、未投进营垒区。0分 |  |  |
| （二）清除技术效果。12.5分 | 1、击打清除目标壶，自身也成为无效壶。12.5分2、击打清除目标壶，自身仍然是效壶。8分3、目标壶和自身都是有效壶。0分 |  |  |
| （三）打定技术效果。12.5分 | 1、击打清除目标壶，自身留在大本营里。12.5分2、目标壶和自身都没在大本营里。8分3、目标壶和自身都在大本营里。0分 |  |  |
| （四）传递技术效果。12.5分 | 1、把目标壶传递进大本营里，自身在大本营外。12.5分2、把目标壶传递进大本营里，自身在也在大本营里。8分3、目标壶没有进大本营。0分 |  |  |