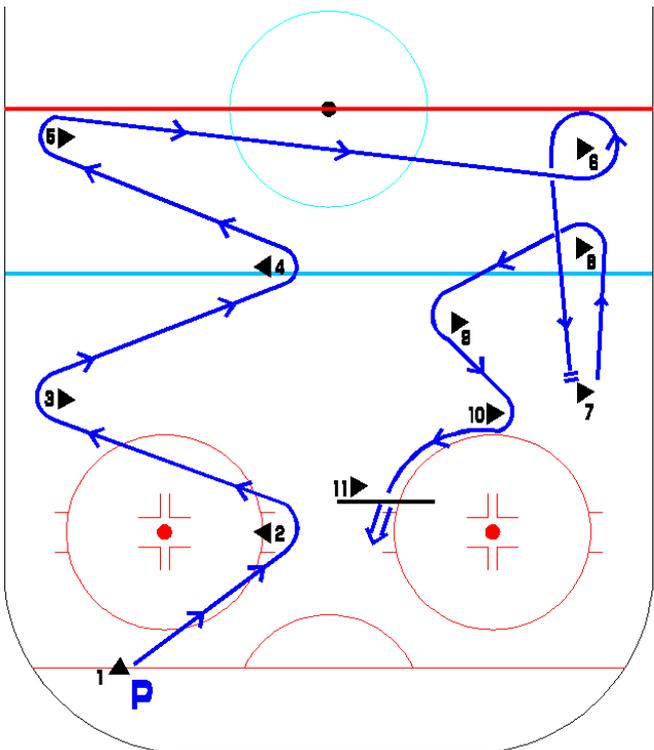
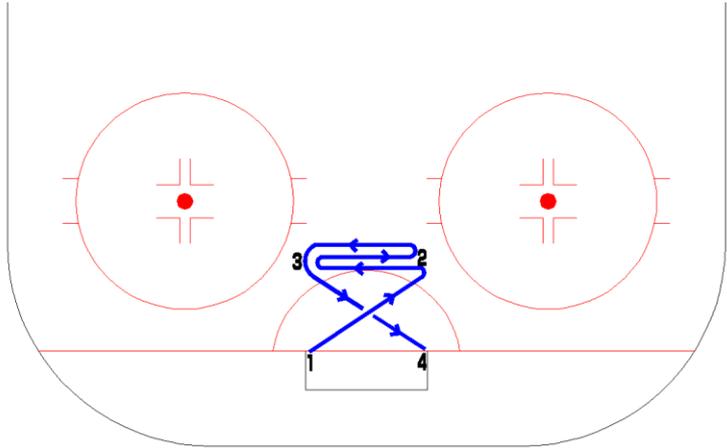
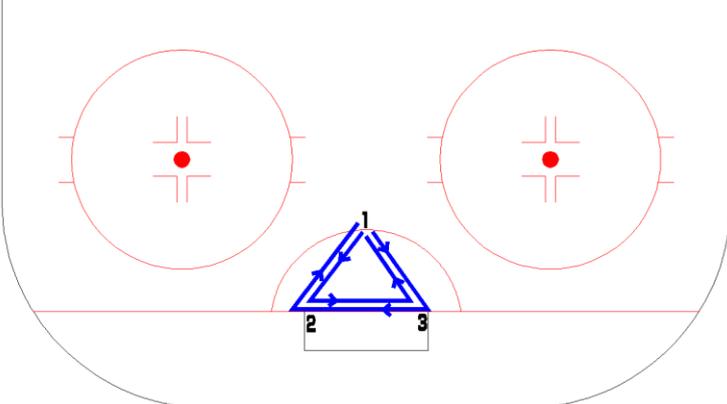


# 中国冰球运动学院青少年冰球运动员定向 选拔测试内容

## （一）基本技能测试

| 分类 | 项目 | 测试方法/指标   |
|----|----|---|
| 队员 | 正滑 | 40 米正滑。<br>场地准备 4 条滑道，每 4 人同时进行测试。<br>20 人/组，各组依次入场。<br>每组测两次。<br>评分：计时，用时短者名次列前。   |
|    | 倒滑 | 同正滑   |
|    | 射门 | 每次 2 人同时进行测试。<br>10 人/组，各组依次入场。<br>在距离球门 8 米处的 3 个点进行射门，每点 3 个球。要求在一分钟内利用三种射门技术（拉射、弹射、大力击射）射门。<br>评分：积分。进球得 5 分，打偏 0 分，计算总分，按总分排名。若总分相等，用时短者名次列前。 |

|           |             |  |
|-----------|-------------|--|
| <p>队员</p> | <p>运球射门</p> | <p>如图。</p>  <p>标志物▲1-11 如图示位置摆放。队员带球从▲1 出发，按蛇形路线依次绕过▲2、▲3、▲4、▲5。到达▲5 处后，直线滑行至▲6 处向左转弯，绕过▲6 后，直线滑行至▲7 处，在▲7 和▲8 处做急停往返滑行。蛇形绕过▲9、▲10，在越过▲11 线处前射门。</p> <p>评分：计时。用时短者名次列前。</p> |
|-----------|-------------|--|

|     |               |  |
|-----|---------------|--|
| 守门员 | <p>蝶跪滑行</p>   |  <p>守门员：如图示球门前 4 个点，守门员要求用蝶滑，在点 1 处出发滑至点 2，在点 2 和点 3 处，进行三次直线蝶滑，最后由点 3 滑至点 4。同上，从点 4 出发，反方向做一次，为结束。</p> <p>评分：计时。用时短者名次列前。</p> |
|     | <p>RVH 移动</p> |  <p>守门员：如图示球门前 3 个点，在 1 处站立，蝶跪转身蹬冰至点 2 处，左脚贴点 2 处门柱，踩门柱蹬冰至点 3 处，蹬点 3 处门柱，蝶滑至点 1 处站立。反方向再做一下，为结束。</p>                         |

|             |          |                                       |
|-------------|----------|---------------------------------------|
| 守<br>门<br>员 |          | 评分：计时。用时短者名次列前。                       |
|             | 正滑<br>倒滑 | 20 米直线正滑、20 米直线倒滑。<br>评分：计时。用时短者名次列前。 |

## (二) 比赛测试

|                       | 项目   | 测试指标/方法                                    |
|-----------------------|------|--|
| 所<br>有<br>运<br>动<br>员 | 分组比赛 | 每组 20 人，10 人一队，<br>区分队色。                   |
|                       |      | 每组热身 5 分钟，比赛 15 分钟。<br>每两组比赛清一次冰，15-20 分钟。 |