

附件 3:

贵阳人文科技学院体育与艺术学院招聘面试内容

一、田径

测试项目：滑步推铅球 30%，跨栏 30%，跳高 40%。背向滑步推铅球（男生 5kg，女生 4kg，女生可以采用侧向滑步推铅球）、跨栏（成人标准栏距 3 栏，男栏高 0.914 米，女栏高 0.762 米）、跳高（男生 1.30 米及以上，女生 1.10 米及以上）。

二、排球

测试内容：发球 20%、接发球 30%、传球 30%、扣球 20%。

三、武术

（一）基本功（20%）

- 1.腿法：正踢腿，里合腿，外摆腿，后扫腿。
- 2.跳跃动作：腾空飞脚、旋风腿、摆莲腿。

（二）器械套路（自选刀、剑、棍）（40%）

（三）拳套路（自选）（40%）

四、体操（规定动作，技巧和双杠各 50%）

（一）男子测试内容

技巧：预备姿势：直立。两臂上举（掌心向前），左（右）脚向前一步经手倒立前滚翻直腿起——直体前倒，左（右）腿后举成屈臂俯撑——左（右）腿落下同时两臂推成俯撑——左（右）臂推起经侧撑转体成仰撑——坐撑两臂经后绕至上举体前屈——后滚翻直腿起两臂上举（掌心向前）——俯平衡——助跑 2-3 步前手翻。

双杠（杠高：1.70米）：预备姿势：杠中站立。跳上成挂臂撑前摆经屈体挂臂撑屈伸上——后摆转体180度成分腿坐——屈腿弹杠向前并腿进杠——后摆成肩倒立（2秒）——向前滚翻经屈体挂臂撑——后摆上——前摆向内转体180度下。

（二）女子测试内容

技巧：预备姿势：直立。前滚翻分腿起——前滚翻成纵叉两臂侧举——后腿向前成直腿坐——经单肩后滚翻成单膝跪撑——腿后举——后腿放下经站立跳转180度——俯平衡——助跑2-3步侧手翻——向外转体90度——挺身跳。

双杠（杠高：1.50米）预备姿势：杠中站立。挂臂撑，一脚蹬地，一腿前摆经屈体挂臂撑屈伸上成分腿坐——两手换至体前握杠前滚翻成分腿坐——屈腿弹杠向前并腿进杠后摆转体180度成分腿坐——两手换至体前握杠，两腿后摆并腿进杠前摆——后摆挺身下。

五、户外运动（现场讲解及实操，方向一和二任选一）

（一）方向一

1. 保护站设置与放人下降技术（20%）
2. 路绳铺设与行走技术（40%）
3. 绳桥搭建与紧绳技术（40%）

（二）方向二

1. 动力绳制作简易担架技术（20%）
2. 站立点确立技术（40%）
3. 西维式导航技术（40%）