

首都体育学院

2026年硕士研究生（健美操、艺术体操、体育舞蹈、舞蹈等）复试工作方案

根据《首都体育学院2026年硕士研究生招生复试录取工作方案》等文件中的有关规定及要求，本着全面衡量考生水平，选拔合格生源、发现优秀人才，保证录取质量的原则，结合我校体操方向研究生招生工作的实际，特制定本复试方案。

一、复试时间及地点

对象	日期	内容	时间	地点
学术型硕士研究生考生	3月30日	笔试	13:30-14:30	三阶梯教室（报告厅二层）
	3月31日	面试及专业技能	8:30-9:00	体育表演教研室（学生服务中心五层西侧）、艺体馆
专业学位硕士研究生考生	3月30日	笔试	13:30-14:30	详见学院安排
	3月31日	面试及专业技能	9:00-18:00	体育表演教研室（学生服务中心五层西侧）、艺体馆

二、复试形式、内容及要求

（一）笔试

严格按学院要求进行命题以及笔试的相关考试与阅卷工作，试题设计体现综合性，主要考察学生专业理论知识掌握情况和综合运用能力。考察成绩：满分为100分，及格线60分，不及格者不予录取。

（二）面试

1. 综合素质面试

考生自我介绍，考生在本科学习或工作期间的学习成绩或工作成就、所获奖项、社会实践、学术参与、思想政治素质、心理健康状况和人文素养等方面进行考察，时间控制在5分钟左右。

2. 专业面试

采用即时间答形式，主要考察考生专业基础知识、逻辑思维能力、语言表达能力、分析解决问题能力和创新潜质，时间控制在10分钟左右。

3. 专项技能评定

考生根据各项目具体要求，充分展示个人运动专项基本技术、基本技能和运动水平，各项目按照考评内容要求为准。（评分标准附后）

4. 英语测试：

（1）考察内容：主要考查考生的英语听力和口语水平。

（2）考察形式：考生英文自我介绍和回答问题，时间控制在5分钟左右。

（3）考察成绩：满分为100分，及格线50分，不及格者不予录取。

三、复试成绩计算

成绩计算办法详见《首都体育学院2026年硕士研究生招生复试录取工作方案》。

体育表演教研室
2026年3月26日

2026 年体操方向研究生复试技术考评内容与标准

(艺术体操)

一、考核内容

1. 基本形态：身材比例和形象

考生并脚站立，收腹挺胸，头部正直，两眼平视，两臂自然下垂于体侧，从正、背、侧面进行展示。

2. 身体技术：自选基本技术动作

考生可选跳步、平衡和旋转三类基本技术动作，每位考生可在每一类任选 1 个动作，共 3 个基本技术动作，要求所选动作尽可能展示考生的技术、技能水平。

3. 组合动作展示

考生展示一套组合动作，尽可能展示考生的竞技能力和表现能力。

二、考核标准及评分

专业技能考核（满分 100 分）：根据身体比例和形象（20 分）、自选基本技术动作（40 分）和组合动作（40 分）三方面进行评分。

1. 基本形态：身材比例和形象

考评员目测考生身体比例，根据三长一小（颈长、臂长、腿长及脸小）的标准及形象进行综合评定。

2. 身体技术：自选基本技术动作

考生需完成 3 个基本技术动作，考评员根据评分标准对考生所完成的基本技术动作的分值及完成质量进行评定。

3. 组合动作展示

考评员根据考生组合动作的难度水平、艺术性、动作完成质量及表现力等方面进行综合评定。

组合动作考核分为优秀、良好、一般、较差四个级别。

优秀（90 以上）：基本功、基本技术扎实，接受过系统的训练。

良好（76-89）：有一定的技术基础，接受过较为系统的训练。

一般（60-75）：技术水平一般，有一定的训练经历。

较差（59 以下）：技术水平较低，缺乏一定的训练。

2026 年体操方向研究生复试技术考评内容与标准

健美操（啦啦操、街舞等特色健美操）

一、考核内容

1. 基本形态：身材比例和形象

考生并脚站立，收腹挺胸，头部正直，两眼平视，两臂自然下垂于体侧，从正、背、侧面进行展示。

2. 身体技术：自选难度动作

健美操考生可在动力性力量动作、静力性力量动作、跳与跃类动作、平衡与柔韧类动作四个组别中任选三个组别，每一个组别任选 1 个难度动作，共 3 个难度动作，要求所选难度动作尽可能展示考生的技术、技能水平。

啦啦操考生可选转体、跳步、平衡与柔韧三类基本技术动作，每一类任选 1 个动作，共 3 个基本技术动作，要求所选动作尽可能展示考生的技术、技能水平。

街舞考生可任选 HIPHO、BREAKING、LOCKING、JAZZ 等舞种基本技术技巧动作 3 个，要求所选动作尽可能展示考生的技术、技能水平。

3. 组合动作展示

考生展示一套大众或竞技健美操、啦啦操、街舞等特色健美操组合动作，尽可能展示考生的竞技能力和表现能力。

二、考核标准及评分

专业技能考核（满分 100 分）：根据身体比例和形象（20 分）、自选基本技术动作（40 分）和组合动作（40 分）三方面进行评分。

（1）基本形态：身材比例和形象

考评员目测考生身体比例，根据三长一小（颈长、臂长、腿长及脸小）的标准及形象进行综合评定。

（2）身体技术：自选难度动作

考生需完成 3 个难度动作，考评员根据评分标准对考生所完成的难度动作的分值及完成质量进行评定。

（3）组合动作展示

考评员根据考生组合动作的难度水平、艺术性、动作完成质量及表现力等方面进行综合评定。

组合动作考核分为优秀、良好、一般、较差四个级别。

优秀（90 以上）：基本功、基本技术扎实，接受过系统的训练。

良好（76-89）：有一定的技术基础，接受过较为系统的训练。

一般（60-75）：技术水平一般，有一定的训练经历。

较差（59 以下）：技术水平较低，缺乏一定的训练。

2026 年体操方向研究生复试技术考评内容与标准

(体育舞蹈)

一、考核内容

1. 基本形态：身材比例和形象

考生并脚站立，收腹挺胸，头部正直，两眼平视，两臂自然下垂于体侧，从正、背、侧面进行展示。

2. 身体技术：基本动作组合

考生可选体育舞蹈任一舞种基本动作组合，以金银铜牌指定步伐为基础即可，要求所选动作尽可能展示考生的技术、技能水平。

3. 自编组合展示

考生展示一套自编组合（需与基本动作组合不同舞种，但可同系列），尽可能展示考生的竞技能力和表现能力。

二、考核标准及评分

专业技能考核（满分 100 分）：根据身体比例和形象（20 分）、自选基本技术动作（40 分）和组合动作（40 分）三方面进行评分。

1. 基本形态：身材比例和形象（10 分）

考评员目测考生身体比例，根据三长一小（颈长、臂长、腿长及脸小）的标准及形象进行综合评定。

2. 身体技术：基本动作组合

考生需完成任一舞种基本动作组合，考评员根据评分标准对考生所完成的基本技术动作的分值及完成质量进行评定。

3. 自编组合展示

考评员根据考生自编组合动作的难度水平、艺术性、动作完成质量及表现力等方面进行综合评定。需注意：该组合需与基本动作组合不同舞种，但可同系列。

组合动作考核分为优秀、良好、一般、较差四个级别。

优秀（90 以上）：基本功、基本技术扎实，接受过系统的训练。

良好（76-89）：有一定的技术基础，接受过较为系统的训练。

一般（60-75）：技术水平一般，有一定的训练经历。

较差（59 以下）：技术水平较低，缺乏一定的训练。

2026 年体操方向研究生复试技术考评内容与标准

(舞蹈)

一、考核内容

1. 基本形态：身材比例和形象

考生并脚站立，收腹挺胸，头部正直，两眼平视，两臂自然下垂于体侧，从正、背、侧面进行展示。

2. 基本功：自选基本技术动作

考生可选跳步（舞姿）、平衡和旋转三类基本技术动作，每一类任选 1 个动作，共 3 个基本技术动作，要求所选动作尽可能展示考生的技术、技能水平。

3. 舞蹈作品展示

考生舞蹈作品展示，尽可能展示考生的竞技能力和表现能力。（舞种：中国古典舞、中国民族民间舞、芭蕾舞、现代舞任选 1 种）。

二、考核标准及评分

专业技能考核（满分 100 分）：根据身体比例和形象（20 分）、自选基本技术动作（40 分）和组合动作（40 分）三方面进行评分。

1. 基本形态：身材比例和形象

考评员目测考生身体比例，根据三长一小（颈长、臂长、腿长及脸小）的标准及形象进行综合评定。

2. 基本功：自选基本技术动作

考生需完成 3 个基本技术动作，考评员根据评分标准对考生所完成的基本技术动作的分值及完成质量进行评定。

3. 舞蹈作品展示

考评员根据考生组合动作的难度水平、艺术性、动作完成质量及表现力等方面进行综合评定。

组合动作考核分为优秀、良好、一般、较差四个级别。

优秀（90 以上）：基本功、基本技术扎实，接受过系统的训练。

良好（76-89）：有一定的技术基础，接受过较为系统的训练。

一般（60-75）：技术水平一般，有一定的训练经历。

较差（59 以下）：技术水平较低，缺乏一定的训练。