

北京体育大学中国篮球运动学院

2025 年优秀大学生暑期夏令营实施方案

北京体育大学中国篮球运动学院前身为中央体育学院球类教研室篮球教学组，是我国体育院校最早成立的篮球运动专项教研室，为中国篮球事业发展做出了开拓性贡献。2017 年独立建院，2019 年全面开展工作。学院现有教职工 23 人，其中，专任教师 19 人，行政人员 4 人；博士生导师 5 人（含外聘 3 人）、硕士生导师 11 人（含外聘 2 人）；北京市教学名师 1 人；国际级裁判 1 人、国家级裁判 2 人；国际篮联讲师 2 人；外籍客座教授 2 人；研究生 230 余人。

学院以“创建世界一流篮球学院和国家高水平篮球人才培养基地”为办学目标。秉承北京体育大学教学、训练、科研“三结合”办学模式和办学特色，服务体育强国建设和“三大球”全面振兴，培养既具有扎实篮球理论知识和高超技战术水平，又具有国家情怀、社会责任、国际视野、创新思维的新时代复合型篮球拔尖创新人才。

在七十余年的办学历程中，学院积淀了深厚的文化底蕴和扎实的办学基础，涌现出大批享誉国内外的篮球专家学者、教练员、运动员、裁判员和体育管理人才。学院全面响应国家重大战略需求，积极发挥篮球高端智库作用，瞄准学科发展前沿，不断增强科学研究和创新能力，主持国家级科研项目、省部级科研项目数十项，出版篮球教材、著作百余部。先后承担国家男女篮和三人篮球国家队的备战参赛、科技保障、管理服务等工作。

学院注重学生的国际化培养，定期邀请国外知名学者、教练

员等来校讲座讲学，选送优秀硕士研究生、博士研究生赴欧美等知名院校学习、实践与交流。通过与国际篮联等国际体育组织建立合作机制，建立多层次、宽领域的国际合作培养项目。

一、活动时间

北京体育大学中国篮球运动学院拟于 2025 年 7 月 9 日举办（线上）优秀大学生暑期夏令营活动。

二、申请资格

1. 全国高校 2026 年应届本科毕业生。
2. 思想品德良好，身心健康，遵纪守法，遵守学术道德规范，无任何考试作弊和剽窃他人学术成果记录，未受过任何处分，2026 年 8 月前能够正常毕业并取得相应学位。
3. 学习成绩优秀，本科前六学期成绩在年级中名列前茅，原则上应取得本科就读学校推荐免试资格且占用本科就读学校的免试生推荐名额。
4. 有篮球专项学习、训练等相关背景，对篮球学术研究有浓厚兴趣，有较强科研创新潜力和实践操作能力。

5. 英语水平良好。

三、申请材料

1. 《北京体育大学 2025 年优秀大学生暑期夏令营报名表》（报名后自动生成，打印、签字、盖章）。
2. 《诚信承诺书》、《专家推荐信》（学校招生网可下载 <https://zs.bsu.edu.cn>）。
3. 《个人简介》。
4. 本科就读学校推荐免试攻读硕士研究生资格证明 1 份（所在院系盖章）。如尚未确定，则可暂不提供。

5. 本科成绩单与年级成绩排名证明各一份（由学校教务处或院系盖章）。

6. 外语水平证明（如英语四级或六级、托福、雅思、GRE、英语专业四级或八级、WSK、PETS5 成绩等）。

7. 运动员等级证书（如无运动员等级证书，篮球专项生请提供篮球专项课成绩单；非篮球专项生请提供篮球普修课或选修课成绩单）。

8. 硕士期间研修计划。

9. 其他材料（如论文、比赛成绩证书、获奖或资格证书等）。

以上所有材料应按照学校要求，扫描成 1 个 pdf 文件（以姓名+身份证号命名），报名时从报名系统上传。

四、申请方式

详见“北京体育大学关于开展2025年优秀大学生暑期夏令营的通知”。

五、资格审核

我院将对申请参加上述夏令营的报考考生资格进行审核，审核通过名单将在北京体育大学招生网(<https://zs.bsue.edu.cn>)公布。届时未列入名单者皆为未入选者，不再另行通知。公布时间以学校通知为准。

六、日程安排

时间	内容
7月8日全天	线上报到
7月9日上午	开营仪式及活动环节
7月9日全天	结业考核
7月9日下午	闭营仪式

注：营员报到后要求全程参加所有活动。具体日程安排根据报名人数适时调整。

七、考核评优

夏令营活动中我院将开展结业考核，根据结业考核成绩选拔出优秀营员并颁发证书，同时在北京体育大学招生网站予以公示。

八、联系方式

通信地址：北京市海淀区信息路 48 号中国篮球运动学院

邮政编码：100084

联系人：张老师

固定电话：010-62968610

咨询邮箱：jeanneztg@163.com

学院网址：<https://cbc.bsu.edu.cn>

附件：篮球专业技能视频录制要求

篮球专业技能视频录制要求

1. 考核方法

篮球专业技能考核采用在线远程视频面试和视频短片相结合方式进行。请考生按照专业技能视频短片制作有关内容及要求，制作本人专业技能视频短片，并按要求上传至指定邮箱。

2. 考核项目与评分标准

(1) 一分钟投篮

测试目的：通过技术评定，综合考察考生对跳起单手肩上投篮技术（女生投篮方式不限）掌握和完成情况。

动作方法：投篮测试开始前，考生持球于篮板下方端线后的中点处站立准备。当听到“预备--开始”的口令后，考生采用运球或抛球的方式迅速移动到前方的罚球半圆内持球后完成跳起单手肩上投篮。出手落地后考生应立即起动，准备冲抢篮板球，球中篮或抢获篮板球后，考生仍然采用运球或抛球的方式移动至罚球半圆内继续完成下一次跳起单手肩上投篮，如此循环往复至一分钟计时结束。当一分钟计时结束时，发出“停”的口令，考生结束投篮测试（图1）。

测试要求：

①投篮测试开始前考生需持球面对摄像镜头立正站立3秒钟以上。首先报告自己的姓名，随后报告即将进行“一分钟投篮”测试。报告过程和内容要求清晰准确，无停顿，无重复。

②测试时，考生需请一名辅助人员于视频画面外帮助发出口令和计时，口令只能是“预备--开始”和“停”，不得以其它方式发令。测试中，考生必须在听到“预备--开始”的口令发出后方可运球或抛球移动，同时开始计

时，否则视为违例，所有成绩均判为无效。在“停”的口令发出的同时，停止计时表。

③在整个投篮测试过程中，考生从在摄像头前报告个人信息开始，到完成投篮并报告“投篮测试结束”止，考生身体的任何部分和球都不得离开视频画面，画面中也不得有其他人员触碰球。

④球中篮或抢获篮板球后，考生必须采用运球或向罚球半圆抛球后接球的方式移动到罚球半圆内，不得出现带球走、抱球跑等违例行为。

⑤男生必须采用跳起单手肩上投篮完成测试，女生投篮的方式不限。男生采用原地投篮或投跳（俗称踮投）方式完成的投篮属于不合格的投篮方式。投篮起跳前考生的任意一脚不得触及罚球线和罚球线之前的地面。

⑥一分钟计时终了，测试结束。考生结束测试后需持球再次回到摄像镜头前并报告“投篮测试结束”。

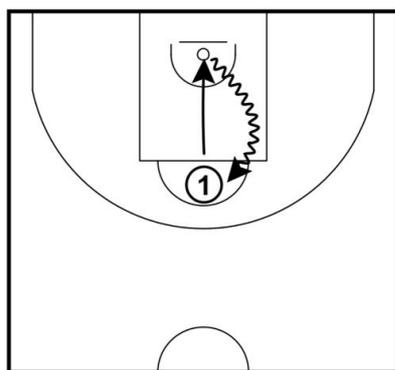


图 1 一分钟投篮示意图

(2) 半场综合运球上篮

测试目的：通过技术评定，全面考察考生对各种变向运球技术掌握的情况以及考生综合运用多种运球技术的衔接能力，同时考察考生的协调能力。

动作方法：测试开始前，考生持球于半场的中圈内站立准备。当听到“预备——开始”的口令后，测试开始。考生需先用右手向三分线运球，当任意一脚触及三分线或三分线之内的地面后，考生立即采用碎步或弓步后退，背向前进方向用右手做后退运球（必须是背向前进方向，不能是侧向前进方向）。后退中，当任意一脚触及半场中圈后，考生立即做从右手到左手、从内向外的胯下变向运球。左手控球后，立即起动向左侧的边线运球，当任意一脚踩到左侧边线后（踩线的位置不限），考生需做出从左手到右手的背后变向运球。变向后右手运球向罚球半圆内运球，当任意一脚踩进罚球半圆后，考生立即进行转身变向运球，并换左手运球。随后，左手运球并从球篮的左侧用左手上篮。进球后，从控制球开始，考生先用左手向罚球半圆起运球，当任意一脚踩进罚球半圆后，考生做左手到右手的转身变向运球，随后用右手向同侧的边线运球。当任意一脚踩到边线后，考生立即完成从右手到左手的背后变向运球。变向后，考生用左手向半场内的中圈半圆运球，左手运球至任意一脚触及中圈后，考生用左手按照和前面相同的方法（方向相反）从半场的右侧用同样的顺序完成变向运球上篮。当考生从右侧完成从右手到左手的背后变向运球并用右手运球至进入或任意一脚触及中圈半圆后，考生立即换左手并用直线运球到篮下完成左手上篮至球进入篮筐，测试结束（图2）。

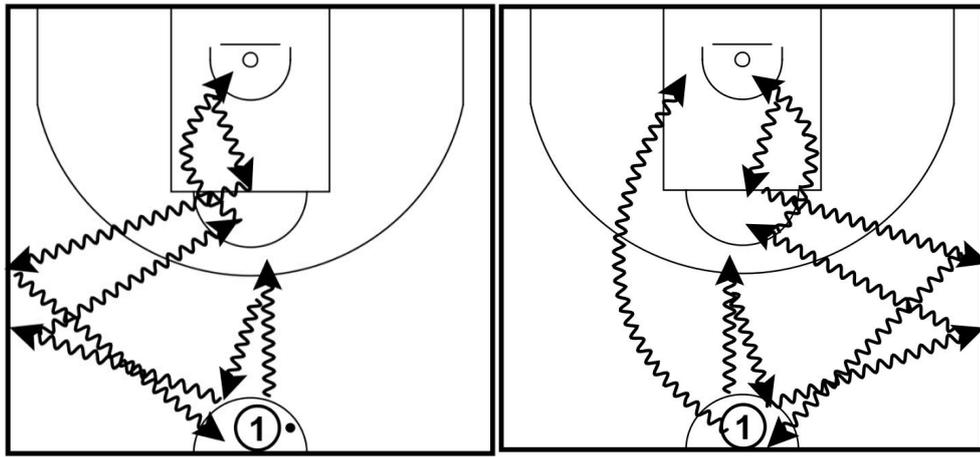


图 2 半场综合运球示意图

测试要求：

①运球测试开始前考生需持球面对摄像镜头立正站立 3 秒钟以上。首先报告自己的姓名，随后报告自己即将进行的是“半场综合运球上篮”测试。报告过程和内容要求清晰准确，无停顿，无重复。

②测试时，考生需请一名辅助人员于画面外帮助发出口令，口令只能是“预备--开始”，不得以其它方式发令。测试中，考生必须在听到“预备--开始”的口令发出后方可开始运球移动，否则视为违例。

③运球中必须遵守相关篮球规则的规定，避免出现违例行为。考生要按测试方法规定，避免提前变向或变向顺序出现错误。

④在整个运球测试过程中，考生自在摄像头前报告个人信息开始，到完成全部运球并报告“运球测试结束”止，考生身体的任何部分和球都不得离开视频画面，画面中也不得有其他人员触碰球。

⑤所有上篮必须完成进球，若上篮球不进，需完成补篮至球中篮，补篮时对左右手没有限制。

⑥考生结束测试后需持球再次回到摄像镜头前并报告“运球测试结束”。

(3) 持球突破上篮

测试目的：通过技术评定，全面考察考生对各种突破技术掌握的情况以及考生综合运用突破技术的衔接能力，同时考察考生的协调能力。

动作方法：测试开始前，考生持球于端线后球篮一侧限制区边线附近站立准备。当听到“预备--开始”的口令后，测试开始。

①突破前的急停：考生在依次完成下述每一个突破上篮前需先持球快速移动到三分线外，罚球线延长线和三分线交点附近，做出自抛自接并且双脚平行站立，躯干正对球篮的急停动作。急停后方可衔接完成各种突破技术并上篮。

②第一种突破：考生分别用右手和左手沿下线做持球交叉步突破上篮并进球，右侧突破用右手上篮，左侧突破用左手上篮。

③第二种突破：考生分别用左手和右手沿上线做同侧步突破上篮并进球，左手突破用左手上篮，右手突破用右手上篮。

④第三种突破：考生分别用右手和左手沿下线做持球交叉步突破，突破后，要求考生采用一步上篮将球上进，右侧突破用左手上篮，左侧突破用右手上篮。

⑤第四种突破：考生分别用左手和右手沿上线做同侧步突破，突破后衔接后转身运球用另一手将球上进。左手突破，转身后用右手上篮。右手突破，转身后用左手上篮，球中篮后测试结束（图3）。

测试要求：

①突破测试开始前考生需持球面对摄像镜头立正站立3秒钟以上。首先报告自己的姓名，随后报告自己即将进行的是“持球突破上篮”测试。报告过程和内容要求清晰准确，无停顿，无重复。

②测试时，考生需请一名辅助人员于画面外帮助发出口令，口令只能是“预备--开始”，不得以其它方式发令。测试中，考生必须在听到“预备--开始”的口令发出后方可开始持球移动，否则视为违例，

③急停采用跳步急停、跨步急停技术。突破中必须遵守相关篮球规则的规定，避免出现违例行为。未按突破测试顺序之规定完成突破，也视测试成绩无效。

④在整个突破测试过程中，考生自在摄像头前报告个人信息开始，到完成全部突破并报告“突破测试结束”止，考生身体的任何部分和球都不得离开视频画面，画面中也不得有其他人员触碰球。

⑤所有上篮必须完成进球，若上篮球不进，需完成补篮至球中篮，补篮时对左右手没有限制。

⑥考生结束测试后需持球再次回到摄像镜头前并报告“突破测试结束”。

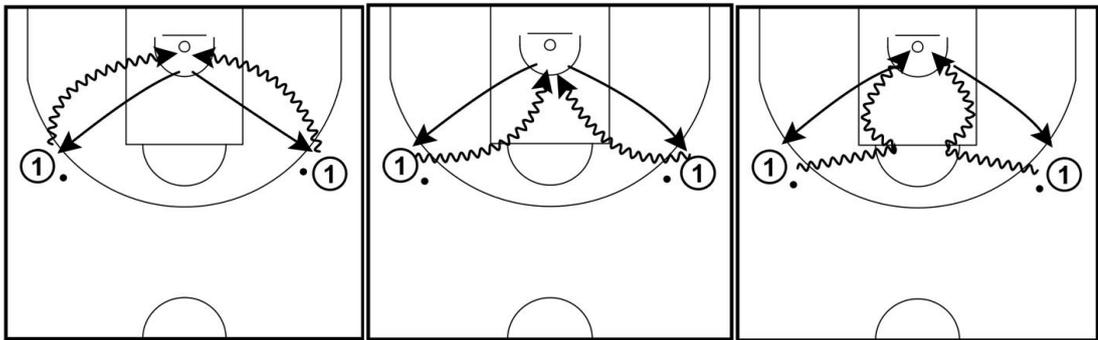


图 3 持球突破上篮示意图

四、视频样片制作注意事项

(一) 视频短片要求考生一镜到底，中途不得出镜，不允许后期进行剪辑拼接、修图美化，在视频开始前，考生须面向镜头保持 3 秒钟，以便后续通过人脸识别功能进行资格审核。

(二) 录制视频短片时，考生需面对摄像镜头立正站立。首先报告姓名、准考证号后四位。随后报告“下面进行 XXXX 测试”。要求过程和内容清晰准确、无停顿、无重复。考生结束测试后需持球再次回到摄像镜头前并报告“XXXX 测试结束”。

(三) 考生在录制视频时必须严格遵守考核标准有关要求。分别录制一分钟投篮、半场综合运球上篮、持球突破上篮三个独立视频样片。要求画面清晰，能够充分展示考生篮球专业技术与技能。视频样片中不得出现与考试无关的内容。每个视频短片文件大小不超过 50M。