

北京体育大学竞技体育学院

2026年接收推免生复试实施方案

复试专业	研究方向	运动项目
体育教育训练学 体育教学（专硕） 运动训练（专硕）	运动项目教学训练原理与方法 运动项目教学理论与方法 运动项目训练理论与方法	乒乓球
		羽毛球
		网球
		重竞技
		艺术体操
体育教育训练学	运动训练基本原理与方法	—

一、专业复试考核方式

线上复试面试。具体时间以秘书老师通知为准。

二、申报条件

1. 拥护中国共产党的领导，具有正确的政治方向，热爱祖国，愿为社会主义现代化建设服务，品德良好，遵纪守法，身心健康；

2. 申请者应为全日制大学本科三年级学生，本科学习期间未受过任何处分，2026年7月前能够正常毕业并取得相应学位；

3. 对体育教育训练学运动训练基本原理与方法（理论方向）、体育教育训练学运动项目教学训练研究（各专项方向）、体育硕士（体育教学、运动训练专业型硕士）重竞技（摔跤、柔道、拳击、举重、击剑和健身健美）、跆拳道（空手道）、乒乓球、羽毛球、网球、艺术体操等运动项目教学、训练理论与方法具有浓厚兴趣，有志于投身体育事业发展，勤奋好学，思维敏捷，具有较强的实践能力和科研创新能力。

4. 本科非体育学类专业学生，报考我校体育教育训练学和体育硕士（体育教学、运动训练专业型硕士）的，应提供二级及以上运动员等级证。

5. 学院对申请者的专业技能进行考核，采用在线远程视频面试和提供一镜到底专项技能展示视频相结合的方式考核。（具体要求详见附件）

6. 本科阶段学习成绩优秀，有较高的外语水平，**大学英语四级成绩达到 425 分或以上水平者优先**；综合测评排名在同年级本专业前列，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；

7. 如未获得本科就读学校推免资格，则优先考虑在本科阶段有论文公开发表或在全国重大竞赛中有获奖经历的学生，欢迎有学术专长、科研成果和运动竞赛成绩优异的同学踊跃报名。

三、申请材料

1. 《个人简介》（1000 字以内，包含学习背景、运动经历及等级、研究参与经历、攻读研究生阶段的学习和研究计划、研究生毕业后的就业目标等）；

2. 获得所在本科院校推免资格公示文件（原件或复印件）或本科院校开具取得推免资格证明文件（加盖所在学院公章）；

3. 外语水平证明（如英语四、六级考试成绩，托福成绩或 GRE/GMAT 成绩等）；

4. 提供一镜到底专项技能展示视频（具体要求见附件 2），并单独发送至各专项复试秘书邮箱，具体拍摄要求详见附件；

5. 其他材料（如发表论文、专利，获奖或资格证书等）。

以上所有材料（除专项技能展示视频外）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。

教研室名称	邮箱
重竞技教研室	53232184@qq.com
网球教研室	wangyayingbsu@qq.com
乒乓球教研室	guonan0811@163.com
羽毛球教研室	lbihh@sina.com
跆拳道（空手道）教研室	343332186@qq.com
艺术体操教研室	40604892@qq.com

四、复试内容

- （一）学术理论素养考核
- （二）专业实践能力考核
- （三）外语专业水平考核
- （四）思政考核（不占分值）

对考生思想政治素质和品德方面进行考查，客观评价，并根据考生回答情况选择合格/不合格；如评为不合格，则一票否决，考生面试成绩为零。

复试专业	考核内容	思想政治素质和品德	学术理论素养	专业实践能力	外语水平 (含听力和口语)
体育教育训练学	分值 (满分 500)	合格/ 不合格	200 分	200 分	100 分
体育硕士 (体育教学、运动训练)	分值 (满分 500)	合格/ 不合格	100 分	300 分	100 分

五、复试细则及评分标准详见各专业研究方向（或专项）复试考核小组工作方案（详见附件1）。

附件 1

北京体育大学竞技体育学院 2026 年接收推免生复试实施方案 (乒乓球)

专业名称	研究方向	运动项目
040303 体育教育训练学	运动项目教学训练研究	乒乓球
045201 体育教学	乒乓球教学方法与应用	乒乓球
045202 运动训练	乒乓球训练方法与应用	乒乓球

一、复试方式

线上面试。具体时间以秘书老师通知为准。

二、复试内容

复试内容包括学术理论素养考核、专业实践能力考核、外语水平考核、思想政治素质和品德考核等 4 个部分。

1. 学术理论素养考核

主要考查考生对乒乓球基础和专项理论掌握情况。

2. 专业实践能力考核

主要考查对乒乓球技能掌握情况。

考核内容：根据考生提供视频进行评分。

3. 外语水平考核

外语水平测试主要基础及专项外语掌握情况。考生抽取试题后，根据考官提问，进行英语回答。各位专家根据考核标准对考生的口语和听力能力进行打分。

4. 思想政治素质和品德考核

思政题目由马克思主义学院统一命题，复试时随机抽选。考生根据抽中的思政考核题目进行回答，考核人员根据考生回答情况选

择合格/不合格。思政考核不占分值，如评为不合格，则一票否决，考生面试成绩为零。

三、复试流程

1. 复试人员提前十分钟集合在候考室，复试组长宣读考试要求及考试程序。

2. 考核人员和相关考生进入考试室，并准时开始考试。

3. 考试时考生随机抽取理论与英语题目进行回答，最后进行思政问题回答，每人时间原则上不超过 15 分钟；

四、考核标准

复试内容	考核标准（十分制得分）
学术理论素养 (学硕 200 分, 专硕 100 分)	1. 优 (8.6-10 分): 专业知识扎实、分析能力和表达能力优秀。 2. 良 (7.6-8.5 分): 专业知识、分析能力和表达能力良好。 3. 中 (6.0-7.5 分): 专业知识、分析能力和表达能力一般。 4. 差 (5.9 分及以下): 专业知识、分析能力和表达能力较差。
专业实践能力 (学硕 200 分, 专硕 300 分)	1. 优 (8.6-10 分): 动作规范、技术全面，比赛能力突出，成绩优秀。 2. 良 (7.6-8.5 分): 技术动作基本规范，比赛能力较好，成绩良好。 3. 中 (6.0-7.5 分): 技术动作一般，比赛表现不够突出，成绩中等。 4. 差 (5.9 分及以下): 技术动作较差，比赛能力与成绩差。
外语水平 (100 分)	1. 优 (8.6-10 分): 英语听力、发音、表达能力优秀。 2. 良 (7.6-8.5 分): 英语听力、发音、表达能力良好。 3. 中 (6.0-7.5 分): 英语听力、发音、表达能力一般。 4. 差 (5.9 分及以下): 英语听力、发音、表达能力较差。

五、未尽事宜，以我校公布的各项文件要求为准。

六、学院接受考生咨询工作人员、电话和电子邮箱

乒乓球教研室：郭老师 电话：18810363347

邮箱：guonan0811@163.com

北京体育大学竞技体育学院
2026 年接收推免生复试实施方案
（羽毛球）

专业名称	研究方向	运动项目
040303 体育教育训练学	运动项目教学训练研究	羽毛球
045201 体育教学	羽毛球教学方法与应用	羽毛球
045202 运动训练	羽毛球训练方法与应用	羽毛球

一、复试方式

线上面试。具体时间以秘书老师通知为准。

二、复试内容

复试内容包括学术理论素养考核、专业实践能力考核、外语水平考核、思想政治素质和品德考核等 4 个部分。

1. 学术理论素养考核

主要考查考生羽毛球专项教学、科研等理论知识掌握情况。

2. 专业实践能力考核

考核内容：根据考生提供视频进行评分。

3. 外语水平考核

外语水平测试羽毛球相关英语能力掌握情况。考生抽取试题后，根据考官提问，进行英语回答。各位专家根据考核标准对考生的口语和听力能力进行打分。

4. 思想政治素质和品德考核

思政题目由马克思主义学院统一命题，复试时随机抽选。考生根据抽中的思政考核题目进行回答，考核人员根据考生回答情况选择合格/不合格。思政考核不占分值，如评为不合格，则一票否决，考生面试成绩为零。

三、复试流程

1. 考生提前 10 分钟进入候考室，复试组长宣读考试要求及程序。
2. 考生在候考室秘书的组织下进行随机抽号上场。
3. 考生进入考试室，随机抽取复试试题，进行考试。
4. 考生完成一个单元的复试后，在候考室秘书的组织下进入第二候考室。
4. 考生完成复试后，立即离开考试室。

四、考核标准

1. 学术型研究生考核标准

复试内容	考核标准（十分制得分）
学术理论 素养 (200 分)	1. 优（8.6-10 分）：专业知识扎实、分析能力和表达能力优秀。 2. 良（7.6-8.5 分）：专业知识、分析能力和表达能力良好。 3. 中（6.0-7.5 分）：专业知识、分析能力和表达能力一般。 4. 差（5.9 分及以下）：专业知识、分析能力和表达能力较差。
专业实践 能力 (200 分)	1. 优（8.6-10 分）：动作规范、技术全面，专项能力突出。 2. 良（7.6-8.5 分）：技术动作基本规范，专项能力较好。 3. 中（6.0-7.5 分）：技术动作一般，专项能力不够突出。 4. 差（5.9 分及以下）：技术动作较差，专项能力差。
外语水平 (100 分)	1. 优（8.6-10 分）：英语听力、发音、表达能力优秀。 2. 良（7.6-8.5 分）：英语听力、发音、表达能力良好。 3. 中（6.0-7.5 分）：英语听力、发音、表达能力一般。 4. 差（5.9 分及以下）：英语听力、发音、表达能力较差。

2. 专业型研究生考核标准

复试内容	考核标准（十分制得分）
学术理论 素养 (100 分)	1. 优（8.6-10 分）：专业知识扎实、分析能力和表达能力优秀。 2. 良（7.6-8.5 分）：专业知识、分析能力和表达能力良好。 3. 中（6.0-7.5 分）：专业知识、分析能力和表达能力一般。 4. 差（5.9 分及以下）：专业知识、分析能力和表达能力较差。
专业实践 能力 (300 分)	1. 优（8.6-10 分）：动作规范、技术全面，实战运用能力强。 2. 良（7.6-8.5 分）：技术动作基本规范，实战运用能力较好。 3. 中（6.0-7.5 分）：技术动作一般，实战运用能力不够突出。 4. 差（5.9 分及以下）：技术动作较差，实战运用能力差。
外语水平 (100 分)	1. 优（8.6-10 分）：英语听力、发音、表达能力优秀。 2. 良（7.6-8.5 分）：英语听力、发音、表达能力良好。 3. 中（6.0-7.5 分）：英语听力、发音、表达能力一般。 4. 差（5.9 分及以下）：英语听力、发音、表达能力较差。

五、未尽事宜，以我校公布的各项文件要求为准。

六、学院接受考生咨询工作人员、电话和电子邮箱

羽毛球教研室：冷老师 电话：13811137110

邮箱：lbihh@sina.com

北京体育大学竞技体育学院
2026 年接收推免生复试实施方案
（重竞技）

专业名称	研究方向	运动项目
040303 体育教育训练学	运动项目教学训练研究	重竞技
045201 体育教学	重竞技教学方法与应用	重竞技
045202 运动训练	重竞技训练方法与应用	重竞技

一、复试方式

线上面试。具体时间以秘书老师通知为准。

二、复试内容

复试内容包括学术理论素养考核、专业实践能力考核、外语水平考核、思想政治素质和品德考核等 4 个部分。

1. 学术理论素养考核

主要考察考生的专业理论知识以及对问题的全方位分析能力和语言表达能力情况。

2. 专业实践考核

考核内容：根据考生提供视频进行评分。

3. 外语水平考核

主要考察考生的专业外语听力和语言表达能力情况。考生抽取试题后，根据考官提问，进行英语回答。各位专家根据考核标准对考生的口语和听力能力进行打分。

4. 思想政治素质和品德考核

思政题目由马克思主义学院统一命题，复试时随机抽选。考生根据抽中的思政考核题目进行回答，考核人员根据考生回答情况选

择合格/不合格。思政考核不占分值，如评为不合格，则一票否决，考生面试成绩为零。

三、复试流程

1. 考生提前 10 分钟进入候考室，复试组长宣读考试要求及程序。
2. 考生在候考室秘书的组织下进行随机抽号上场。
3. 考生进入考试室，随机抽取复试试题，进行考试。
4. 考生完成一个单元的复试后，在候考室秘书的组织下进入第二候考室。
4. 考生完成复试后，立即离开考试室。

四、考核标准

复试内容	考核标准（十分制得分）
学术理论 素养 学硕 200 分 专硕 100 分	1. 优（8.6-10 分）：专业知识扎实、分析能力和表达能力优秀。 2. 良（7.6-8.5 分）：专业知识、分析能力和表达能力良好。 3. 中（6.0-7.5 分）：专业知识、分析能力和表达能力一般。 4. 差（5.9 分及以下）：专业知识、分析能力和表达能力较差。
专业实践 能力 学硕 200 分 专硕 300 分	1. 优（8.6-10 分）：技术规范、优秀的协调性和具有超强的个人运动技能。 2. 良（7.6-8.5 分）：技术基本规范，良好的协调性和良好的个人运动技能。 3. 中（6.0-7.5 分）：技术一般，协调性一般，个人运动技能一般。 4. 差（5.9 分及以下）：技术较差，协调性较差，个人运动技能较差。
外语水平 (100 分)	1. 优（8.6-10 分）：英语听力、发音、表达能力优秀。 2. 良（7.6-8.5 分）：英语听力、发音、表达能力良好。 3. 中（6.0-7.5 分）：英语听力、发音、表达能力一般。 4. 差（5.9 分及以下）：英语听力、发音、表达能力较差。

五、未尽事宜，以我校公布的各项文件要求为准。

六、学院接受考生咨询工作人员、电话和电子邮箱

重竞技教研室：熊老师 跆拳道（空手道）教研室：李老师
电话：13269595415 电话：13581839944
邮箱：53232184@qq.com 邮箱：343332186@qq.com

北京体育大学竞技体育学院
2026 年接收推免生复试实施方案
（网球）

专业名称	研究方向	运动项目
040303 体育教育训练学	运动项目教学训练研究	网球
045201 体育教学	网球教学方法与应用	网球
045202 运动训练	网球训练方法与应用	网球

一、复试方式

线上面试。具体时间以秘书老师通知为准。

二、复试内容

复试内容包括学术理论素养考核、专业实践能力考核、外语水平考核、思想政治素质和品德考核 4 个部分。

1. 学术理论素养考核

主要考查考生对网球基础和专项理论知识掌握情况。

2. 专业实践能力考核

根据考生提供**视频短片**进行评分。

3. 外语水平考核

外语水平考核主要考查考生的基础及专项外语掌握情况。考生抽取试题后，根据考官提问，进行英语回答。各位专家根据考核标准对考生的口语和听力能力进行打分。

4. 思想政治素质和品德考核

思想政治素质和品德考核复试时随机抽选。考生根据抽中的思政考核题目进行回答，考核人员根据考生回答情况选择合格/不合

格。思政考核不占分值，如评为不合格，则一票否决，考生面试成绩为零。

三、复试流程

1. 复试人员提前十分钟于候考室集合，复试组长宣读考试要求及考试程序。

2. 考核人员和相关考生进入考试室，并准时开始考试。

3. 考试时考生随机抽取理论与英语题目进行回答，最后进行思政问题回答，每人时间不超过 20 分钟；

4. 考生考试结束后立刻离开考试室。

四、考核标准（按照十分制评分）

学术理论素养：学术型（200 分）专业型（100 分）

1. 优（8.6-10 分）：专业知识扎实、分析能力和表达能力优秀。

2. 良（7.6-8.5 分）：专业知识、分析能力和表达能力良好。

3. 中（6.0-7.5 分）：专业知识、分析能力和表达能力一般。

4. 差（5.9 分及以下）：专业知识、分析能力和表达能力较差。

专业实践能力：学术型（200 分）专业型（300 分）

1. 优（8.6-10 分）：动作规范、技术全面，比赛能力突出，成绩优秀。

2. 良（7.6-8.5 分）：技术动作基本规范，比赛能力较好，成绩良好。

3. 中（6.0-7.5 分）：技术动作一般，比赛表现不够突出，成绩中等。

4. 差（5.9 分及以下）：技术动作较差，比赛能力与成绩差。

外语水平：学术型（100 分）专业型（100 分）

1. 优（8.6-10 分）：英语听力、发音、表达能力优秀。

2. 良（7.6-8.5 分）：英语听力、发音、表达能力良好。

3. 中 (6.0-7.5 分): 英语听力、发音、表达能力一般。
4. 差 (5.9 分及以下): 英语听力、发音、表达能力较差。

五、未尽事宜， 以学校公布的各项文件要求为准。

六、学院接受考生咨询工作人员、电话和电子邮箱。

联系人：王老师

电话：13521675329

邮箱：wangyayingbsu@qq.com

北京体育大学竞技体育学院
2026 年接收推免生复试实施方案
（艺术体操）

专业名称	研究方向	运动项目
040303 体育教育训练学	运动项目教学训练研究	艺术体操
045201 体育教学	艺术体操教学方法与应用	艺术体操
045202 运动训练	艺术体操训练方法与应用	艺术体操

一、复试方式

线上面试。具体时间以秘书老师通知为准。

二、复试内容

复试内容包括学术理论素养考核、专业实践能力考核、外语水平考核、思想政治素质和品德考核等 4 个部分。

1. 学术理论素养考核

主要考查考生艺术体操专项教学、科研等理论知识掌握情况。

2. 专业实践能力考核

考核内容：根据考生提供视频进行评分。

3. 外语水平考核

外语水平测试艺术体操相关英语能力掌握情况。考生抽取试题后，根据考官提问，进行英语回答。各位专家根据考核标准对考生的口语和听力能力进行打分。

4. 思想政治素质和品德考核

思政题目由马克思主义学院统一命题，复试时随机抽选。考生根据抽中的思政考核题目进行回答，考核人员根据考生回答情况选择合格/不合格。思政考核不占分值，如评为不合格，则一

票否决，考生面试成绩为零。

三、复试流程

- 1. 考生提前 10 分钟进入候考室，复试组长宣读考试要求及程序。
- 2. 考生在候考室秘书的组织下进行随机抽号上场。
- 3. 考生进入考试室，随机抽取复试试题，进行考试。
- 4. 考生完成一个单元的复试后，在候考室秘书的组织下进入第二候考室。
- 4. 考生完成复试后，立即离开考试室。

四、考核标准

1. 学术型研究生考核标准

复试内容	考核标准（十分制得分）
学术理论 素养 (200 分)	1. 优（8.6-10 分）：专业知识扎实、分析能力和表达能力优秀。 2. 良（7.6-8.5 分）：专业知识、分析能力和表达能力良好。 3. 中（6.0-7.5 分）：专业知识、分析能力和表达能力一般。 4. 差（5.9 分及以下）：专业知识、分析能力和表达能力较差。
专业实践 能力 (200 分)	1. 优（8.6-10 分）：动作规范、技术全面，专项能力突出。 2. 良（7.6-8.5 分）：技术动作基本规范，专项能力较好。 3. 中（6.0-7.5 分）：技术动作一般，专项能力不够突出。 4. 差（5.9 分及以下）：技术动作较差，专项能力差。
外语水平 (100 分)	1. 优（8.6-10 分）：英语听力、发音、表达能力优秀。 2. 良（7.6-8.5 分）：英语听力、发音、表达能力良好。 3. 中（6.0-7.5 分）：英语听力、发音、表达能力一般。 4. 差（5.9 分及以下）：英语听力、发音、表达能力较差。

2. 专业型研究生考核标准

复试内容	考核标准（十分制得分）
学术理论 素养 (100 分)	1. 优（8.6-10 分）：专业知识扎实、分析能力和表达能力优秀。 2. 良（7.6-8.5 分）：专业知识、分析能力和表达能力良好。 3. 中（6.0-7.5 分）：专业知识、分析能力和表达能力一般。 4. 差（5.9 分及以下）：专业知识、分析能力和表达能力较差。
专业实践 能力 (300 分)	1. 优（8.6-10 分）：动作规范、技术全面，实战运用能力强。 2. 良（7.6-8.5 分）：技术动作基本规范，实战运用能力较好。 3. 中（6.0-7.5 分）：技术动作一般，实战运用能力不够突出。 4. 差（5.9 分及以下）：技术动作较差，实战运用能力差。
外语水平 (100 分)	1. 优（8.6-10 分）：英语听力、发音、表达能力优秀。 2. 良（7.6-8.5 分）：英语听力、发音、表达能力良好。 3. 中（6.0-7.5 分）：英语听力、发音、表达能力一般。 4. 差（5.9 分及以下）：英语听力、发音、表达能力较差。

五、未尽事宜，以我校公布的各项文件要求为准。

六、学院接受考生咨询工作人员、电话和电子邮箱

艺术体操教研室：张老师 电话：13466377136

邮箱：40604892@qq.com

北京体育大学竞技体育学院
2026年接收推免生复试实施方案
(运动训练基本原理与方法)

专业名称	研究方向	运动项目
040303体育教育训练学	运动训练基本原理与方法	无

一、复试方式

线上面试。具体时间以秘书老师通知为准。

二、学术理论素养考核(200分，按照10分值评分)

主要考察复试者对运动训练学概念、原理、方法等基本理论和学术前沿的掌握程度。根据考生回答问题的准确程度、知识的广度、逻辑层次清晰程度、语言表达水平确定考生分数。

优(8.6分-10分)理论知识掌握扎实，回答问题准确，思路清晰，逻辑严谨，层次条理鲜明，语言表达流畅；

良(7.6-8.5分)理论知识掌握比较扎实，回答问题比较准确，思路比较清晰，逻辑比较严谨，层次条理比较鲜明，语言表达比较流畅；

中(6-7.5分)理论知识掌握基本扎实，回答问题基本准确，思路基本清晰，逻辑基本严谨，层次条理基本鲜明，语言表达基本流畅；

差(5.9分及以下)：理论知识掌握不扎实，回答问题不准确，思路不清晰，逻辑不严谨，层次条理不鲜明，语言表达不流畅。

三、专业实践能力考核(200分，按照10分值评分)

主要考察复试者运用训练相关理论发现问题、分析问题和解决问题的能力。根据考生回答问题时应用训练理论与方法的准确程度、分析问题的逻辑、思维的敏捷程度以及语言表达水平确定考生分数。

优(8.6分-10分)：理解问题清楚，分析问题全面，理论应用恰当思路清晰，逻辑严谨，层次条理鲜明，语言表达流畅；

良(7.6-8.5分)：理解问题比较清楚，分析问题比较全面，理论应用比较恰当，思路比较清晰，逻辑比较严谨，层次条理比较鲜明，语言表达比较流畅；

中(6-7.5分)：理解问题基本清楚，分析问题基本全面，理论应用基本恰当，思路基本清晰，逻辑基本严谨，层次条理基本鲜明，语言表达基本流畅；

差(5.9分及以下)：理解问题不清楚，分析问题不全面，理论应用不恰当，思路不清晰，逻辑不严谨，层次条理不鲜明，语言表达不流畅。

四、外语水平测试(100分，按照10分值评分)

主要考察复试者英语的听、说、读、译等能力，专家通过考生回答问题的准确程度、表达流畅程度、思维敏捷程度来确定考生分数。

优(8.6分-10分)：读音准确、表达流畅、理解题目内容、思路清晰；

良(7.6-8.5分)：读音比较准确、表达比较流畅、较好理解题目内容、思路比较清晰；

中(6-7.5分)：读音基本准确、表达基本流畅、基本理解题目内容、思路基本清晰；

差（5.9 分及以下）：读音不准确、表达不流畅、不能很好理解题目内容、思路不清晰。

五、思想政治素质和品德考核（不占分值）

对考生思想政治素质和品德方面进行考查，客观评价，并根据考生回答情况选择合格/不合格。

注：思政考核不占分值，如评为不合格，则一票否决，考生面试成绩为零。

六、复试工作程序

复试采用线上方式考核，具体流程如下：

1. 考生在规定时间内，进入指定候考会议室（简称“候考室”），进行集中点名，由复试小组组长提出工作要求。候考室秘书通知考生进入考试会议室（简称“考试室”）。如因考生个人原因未在规定时间内参加考试，则视为放弃考试，不予录取。

2. 考生进入考试室，资格审核通过后考试方可开始，考生进行抽题。考生确定题号后，在规定时间内进行面试作答，作答结束后，专家在评分表上进行打分。

3. 面试结束后，考生离开考试会议室。

七、未尽事宜，以学校公布的各项文件要求为准。

八、学院接受考生咨询工作人员、电话和电子邮箱。

运动训练学教研室：刘老师 电话：13260092077

邮箱：lrd5156@bsu.edu.cn

北京体育大学竞技体育学院

2026年接收推免生复试各项目视频录制要求

一、运动训练学教研室（运动训练基本原理与方法方向）考生无需拍摄专项技术展示视频

二、重竞技项目技术短视频拍摄要求

（1）跆拳道专项：

A. 专项技能的讲解及示范展示。

B. 专项基本技术及专项综合技术展示（考生提供视频拍摄内容）。

第一部分跆拳道专项基本技术展示，共四个技术，每个技术重复空击两次。四个技术分别为：横踢、下劈、后踢、旋风踢。

第二部分跆拳道专项综合技术展示。形式为1分钟自由空击。结合实战意识进行步法、腿法、拳法的自由组合技术空击展示。

（2）拳击专项：

A. 专项技能的讲解及示范展示。

B. 专项基本技术及专项综合技术展示（考生提供视频拍摄内容）。

第一部分拳击专项基本技术展示。共四个技术，每个技术重复两次。四个技术分别为：前手直拳、后手直拳、前直后勾两拳组合、前直后勾前摆三拳组合。

第二部分拳击专项综合技术展示。形式为1分钟自由空击。结合

实战意识进行步伐、单拳、组合拳和防守反击技术的综合技术展示。

(3) 空手道专项:

A. 专项技能的讲解及示范展示。

B. 专项基本技术及专项综合技术展示(考生提供视频拍摄内容)。

第一部分空手道专项基本技术展示。共四个技术,每个技术重复两次。四个技术分别为:前手拳、后手中段拳、前腿上段勾踢、后腿中段横踢四个单一技术展示。

第二部分空手道专项综合技术展示。形式为1分钟自由空击。结合实战意识进行步伐、单一技术、组合拳腿技术和防守反击技术的综合技术展示。

(4) 健身健美专项:

A. 专项技能的讲解及示范展示。

B. 专项基本技术及专项综合技术展示(考生提供视频拍摄内容)。

男子项目:(健美、男子健体、健身先生)按以下要求进行展示:

四个规定动作:前展肱二头肌、侧展胸部、后展肱二头肌、前展腹部和腿部。规定动作结束后立即进行60秒自选动作展示。

女子项目:(比基尼健身、女子形体、健身小姐)按以下要求进行展示:

四个规定动作:正向站立、左侧向站立、背向站立、右侧向站立,回到正向站立。结束后立即再重复一次四个规定动作。

(5) 举重专项:

A. 专项技能的讲解及示范展示。

B. 专项基本技术及专项综合技术展示(考生提供视频拍摄内容)。

第一部分举重专项基本技术展示。共四个技术，每个技术重复两次。四个技术分别为：抓举、挺举、前蹲、窄硬拉。

第二部分举重专项综合技术展示。形式为1分钟内的徒手操练。从抓举辅助技术、挺举辅助技术和力量练习技术中自选不少于5个技术动作进行综合展示。

(6) 摔跤专项：

A. 专项技能的讲解及示范展示。

B. 专项基本技术及专项综合技术展示(考生提供视频拍摄内容)。

第一部分摔跤专项基本技术展示。共四个技术，每个技术重复两次。四个技术分别为：转移、后倒背、揣、夹颈背。

第二部分摔跤专项综合技术展示。形式为1分钟的徒手操练。在移动状态下进行站立单个、连络的攻防技术综合展示。

1. 考核方式：网络远程面试

2. 考核目的：考核学生专项技能动作的讲解及示范能力；专项技术水平、实践应用能力以及运动成绩水平。

(7) 击剑专项：

考核内容：

A. 专项技能的讲解及示范展示。

B. 专项基本技术及专项综合技术展示(考生提供视频拍摄内容)。

第一部分：击剑专项步法基本技术展示（持剑）。共五个技术，每个技术动作重复两次。五个技术分别为：实战姿势向前一步、两步、

三步；实战姿势后退一步、两步、三步；弓步；一步弓步、跃步弓步。

第二部分：击剑专项综合技术展示（持剑）。形式进攻出手接防守还击动作、进攻出手接反攻动作、进攻出手接抢攻动作。

视频拍摄要求：

A. 考生面对镜头站立，确保全身处于拍摄范围之内，考生面对镜头站立，走至镜头前拍摄清晰脸部 3 秒，并大声宣告：我是北京体育大学推免复试考生“某某某”。

B. 考生回到拍摄场地中心，按顺序依次完成上述规定动作内容，不超过 3 分钟。

C. 考生结束视频展示，回到画面正中，面对镜头站立 3 秒钟。

D. 考生须穿着击剑服；

E. 技术展示时确保全身处于拍摄范围之内；

F. 考生按顺序依次完成上述规定动作，视频总时长不超过3分钟。

G. 考生需一镜到底，不允许出镜头，不允许后期剪辑、美化，全程使用横屏录制。

（8）柔道专项：

考核内容：

A. 专项技能的讲解及示范展示。

B. 专项基本技术及专项综合技术展示（考生提供视频拍摄内容）。

第一部分：柔道专项基本技术展示。共四个技术，每个技术动作重复两次。四个技术分别为：体落、大腰、大内刈、外卷入。

第二部分：柔道专项综合技术展示。形式为1分钟的徒手操练。

在移动状态下进行投技单个、连络和防守反攻等技术的综合展示。

视频拍摄要求：

A. 考生面对镜头站立，确保全身处于拍摄范围之内，考生面对镜头站立，走至镜头前拍摄清晰脸部 3 秒，并大声宣告：我是北京体育大学推免复试考生“某某某”。

B. 考生回到拍摄场地中心，按顺序依次完成上述规定动作内容，不超过 3 分钟。

C. 考生结束视频展示，回到画面正中，面对镜头站立 3 秒钟。

D. 考生须穿着柔道服；

E. 技术展示时确保全身处于拍摄范围之内；

F. 考生按顺序依次完成上述规定动作，视频总时长不超过3分钟。

G. 考生需一镜到底，不允许出镜头，不允许后期剪辑、美化，全程使用横屏录制。

三、乒乓球项目技术短视频拍摄要求

（一）考生测试要求

1、考生面对镜头站立，确保全身处于拍摄范围之内，考生面对镜头站立，走至镜头前拍摄清晰脸部3秒，并大声宣告：我是北京体育大学推免复试考生“某某某”，展示项目为“XXX”。

2、考生按顺序依次完成规定动作，不超过3分钟；

3、考生结束视频展示，回到画面正中，面对镜头站立3秒钟。

（二）技术测试内容

1、发球技术

正手发侧旋球连续不间断5个

反手发侧旋球连续不间断5个

2、推挡侧身扑正手动作（需持拍）挥拍连续不间断5组

（三）视频拍摄要求

1、整个视频拍摄应是连续不断的，不得擅自剪辑。

2、考生自行安排有足够空间的室内场地，整个测试过程中，摄像机位置固定，并放置在整个过程均能拍摄到的位置，即考生技术动作及步法移动的过程。

3、测试应备好乒乓球（10个球以上），发球时考生每次手上只拿1个球，剩余的球需放置球盆内。

4、考生击球顺序必须按照测试要求进行。

注：视频测试顺序1、正手发球2、反手发球3、推挡侧身扑正手。

5、视频拍摄应光线良好，画质清晰，使评审老师能够看清

注意：视频总长不超过3分钟，考生需一镜到底，不允许出镜头，不允许后期剪辑、美化，全程使用横屏录制。

提交视频之前务必仔细检查，是否符合考试细则要求，且能够达到和视频样片一样的呈现效果，如因视频质量太差而造成的一切后果，须考生自行承担。

四、网球项目技术短视频拍摄要求

1. 视频拍摄要求

（1）整个视频拍摄应是连续不断的，不得擅自剪辑。

(2) 考生自行安排有足够空间的室内场地，整个测试过程中，摄像机位置固定，并放置在整个过程均能拍摄到的位置，即考生技术动作及步法移动的过程，注意需横屏一镜到底。

(3) 视频拍摄应光线良好，画质清晰，使评审老师能够看清。

(4) 考生挥拍动作顺序必须按照测试要求进行。

(5) 视频中考生应说明“我是北京体育大学推免复试考生“某某”，展示项目为XXX”。

注意：视频总长不超过3分钟，考生一镜到底，不允许出镜头，不允许后期剪辑、美化，全程使用横屏录制。

提交视频之前请务必仔细检查，是否符合考试细则要求，且能够达到和视频样片一样的呈现效果，如因视频质量太差而造成的一切后果，须考生自行承担。

2. 视频内容

内容一：视频展示挥拍

共16次挥拍动作。考生应根据视频样片按顺序依次完成规定动作，具体动作内容顺序如下：

- (1) 发球；
- (2) 底线正手斜后方、后退移动挥拍；
- (3) 底线正手横向移动挥拍；
- (4) 底线正手斜前方移动挥拍；
- (5) 底线正手向前移动挥拍；
- (6) 网前正手截击挥拍；
- (7) 后退高压挥拍；

- (8)网前反手截击挥拍；
- (9)发球；
- (10)底线反手斜后方、后退移动挥拍；
- (11)底线反手横向移动挥拍；
- (12)底线反手斜前方移动挥拍；
- (13)底线反手向前移动挥拍；
- (14)网前反手截击挥拍；
- (15)后退高压挥拍；
- (16)网前正手截击挥拍。

内容二：考生需提交一局抢7赛制的单打比赛视频。

五、艺术体操项目技术短视频拍摄要求

（一）室内专业技能考核视频说明

请考生诚信应考，严格按照考试程序和流程执行。一经发现作假，学校将做取消考试资格、不予录取或退录处理。由考生根据自身实际条件要求，线下自行拍摄形成视频作品，在规定时间内登录平台，经过实名认证后提交视频作品，具体流程和要求如下：

1. 考生面对镜头站立，确保全身处于拍摄范围之内，考生面对镜头站立，走至镜头前拍摄清晰脸部 3 秒，并大声宣告：**我是北京体育大学推免复试考生“某某某”，展示项目为“XXX”。**

2. 展示考试所要使用的器械，并将器械置于录制镜头范围之内。

3. 考生按照考核内容的规定，并根据自身实际情况进行拍摄。

(1) 基本形态展示

考生正面面对镜头站立，采用从右至后的方向进行转体，每次转体 90°，分别展示全身的正面、背面和侧面。

(2) 身体技术展示

考生按照《国际体联（FIG）2025—2028年艺术体操评分规则》规定，每一类身体难度任选3个身体难度动作，并按照平衡、旋转和跳步的顺序进行展示。

(3) 器械技术展示

考生需在音乐伴奏下展示一项器械的组合动作，该项器械基本技术组动作（每组至少一个），尽可能展示考生的竞技能力和表现能力。组合动作时间 45 秒—60 秒。

4. 考生完成所有专业技能考核内容，回到画面正中，面对镜头站立，结束视频展示。

5. 注意事项：

(1) 视频总长不超过4分钟，全程使用横屏录制。

(2) 固定机位拍摄，与考生本人保持适度距离，水平角度拍摄，避免背光拍摄，应能清晰看到考生的面部，确保考生各个身体部位都在镜头画面中，中途不得切换镜头及角度，确保镜头一镜到底考生需一镜到底，不允许出镜头，不允许后期剪辑、美化。

(3) 提交视频之前务必仔细检查，是否符合考试细则要求，且能够达到和视频样片一样的呈现效果，如因视频质量太差而造成的一切后果，须考生自行承担。

(4) 考生面向镜头展示时，应身着专业训练服和训练鞋，服装一律不得带有任何单位的字样或标志，并保持素颜或淡妆。

(二) 室外专业技能考核视频说明

1. 考生面对镜头站立，确保全身处于拍摄范围之内，考生面对镜头站立，走至镜头前拍摄清晰脸部 3 秒，并大声宣告：我是北京体育大学推免复试考生“某某某”，展示项目为“XXX”。

2. 展示考试所要使用的器械，并将器械置于录制镜头范围之内。

3. 考生按照考核内容的规定，并根据自身实际情况进行拍摄。

(1) 基本形态展示

考生正面面对镜头站立，采用从右至后的方向进行转体，每次转体 90°，分别展示全身的正面、背面和侧面。

(2) 身体技术展示

考生按照《国际体联（FIG）2025—2028年艺术体操评分规则》规定，每一类身体难度任选 3 个身体难度动作，并按照平衡、旋转和跳步的顺序进行共展示。

(3) 器械技术展示

考生需在音乐伴奏下展示一项器械的组合动作，该项器械基本技术组动作（每组至少一个），尽可能展示考生的竞技能力和表现能力。组合动作时间 45 秒—60 秒。

4. 考生完成所有专业技能考核内容，回到画面正中，面对镜头站立，结束视频展示。

5. 注意事项:

(1) 视频总长不超过4分钟，全程使用横屏录制。

(2) 固定机位拍摄，与考生本人保持适度距离，水平角度拍摄，避免背光拍摄，应能清晰看到考生的面部，确保考生各个身体部位都在镜头画面中，中途不得切换镜头及角度，确保镜头一镜到底考生需一镜到底，不允许出镜头，不允许后期剪辑、美化。

(3) 提交视频之前务必仔细检查，是否符合考试细则要求，且能够达到和视频样片一样的呈现效果，如因视频质量太差而造成的一切后果，须考生自行承担。

(4) 考生面向镜头展示时，应身着专业训练服和训练鞋，服装一律不得带有任何单位的字样或标志，并保持素颜或淡妆。

六、羽毛球项目专业技能考核视频文字说明

(1) 考生面对镜头站立，确保全身处于拍摄范围之内，并大声宣告：**我是北京体育大学推免复试考生“某某某”，展示项目为“XXX”。**

(2) 考生面对镜头站立，走至镜头前拍摄清晰脸部3秒。

(3) 考生回到拍摄场地中间，依次进行正手高远球挥拍、反手高远球挥拍、正手挑球挥拍、反手挑球挥拍、反手对墙击球项目。

具体要求:

① 正手高远球挥拍: 面向镜头右侧，身体与镜头视角保持平行，进行第一次挥拍；顺时针方向旋转90度，面向镜头对侧，身体与镜头视角保持垂直，进行第二次挥拍；顺时针方向旋转90度，面向镜头左

侧，身体与镜头视角保持平行，进行第三次挥拍；顺时针方向旋转90度，面向镜头，身体与镜头视角保持垂直，进行第四次挥拍。

② 反手高远球挥拍：面向镜头右侧，身体与镜头视角保持平行，进行第一次挥拍；顺时针方向旋转90度，面向镜头对侧，身体与镜头视角保持垂直，进行第二次挥拍；顺时针方向旋转90度，面向镜头左侧，身体与镜头视角保持平行，进行第三次挥拍；顺时针方向旋转90度，面向镜头，身体与镜头视角保持垂直，进行第四次挥拍。

③ 正手挑球挥拍：持拍对应腿做弓箭步，伸拍至镜头前，进行连续四次正手挑球挥拍，挥拍过程中保持弓箭步姿势。

④ 反手挑球挥拍：持拍对应腿做弓箭步，伸拍至镜头前，进行连续四次反手挑球挥拍，挥拍过程中保持弓箭步姿势。

⑤ 连续反手对墙击球：自行寻找合适墙壁，使用反手抽球技术，进行20次对墙击球。

(4) 考生结束视频展示，回到画面正中，面对镜头站立，然后走至镜头前拍摄清晰脸部3秒。

(5) 考生须穿着运动服，运动鞋。

(6) 技能展示时确保全身及球拍处于拍摄范围之内。

(7) 如在室外环境拍摄，在走至镜头前拍摄3秒时须摘下口罩，拍摄清晰脸部。

(8) 考生按顺序依次完成上述规定动作，视频总时长不超过3分钟。

(9) 考生需一镜到底，不允许出镜头，不允许后期剪辑、美化，全程使用横屏录制。

注意：提交视频之前务必仔细检查，是否符合考试细则要求，且能够达到和视频样片一样的呈现效果，如因视频质量太差而造成的一切后果，须考生自行承担。