

2024年威海海洋职业学院公开招聘工作人员 体育教师岗位（健美操）专业测试方案

一、岗位名称

体育教师岗位（健美操）

二、考核内容

健美操教师岗位专业技能测试

1. 规定套路：占技能测试分数的60%（60分）

（1）考核方法：全国健美操大众锻炼标准第三套三级动作，音乐自备。评分参照《全国健美操大众锻炼标准》评定标准执行。

（2）评分标准

大众健美操三级评分标准

项目		评分标准	得分
完成 (80分)	动作准确性 (20分)	1. 身体姿态舒展，无明显的弯曲或扭曲 2. 动作技术准确，无错误或遗漏 3. 动作范围适当，不过度夸张或缩小	
	动作熟练性 (20分)	1. 动作流畅，无停顿或犹豫 2. 动作间连接自然，无明显的脱节 3. 完整地 完成所有规定的动作	
	身体协调性 (15分)	1. 全身协调运动，动作间配合默契 2. 动作轻松有弹性，无僵硬感 3. 避免动作中出现多余或不必要的动作	
	连接动作流畅性 (15分)	1. 动作间的转换流畅，无明显的卡顿或停顿 2. 方向的变化清晰，无混乱感	
	动作和音乐 配合性(10分)	1. 动作与音乐的节奏、旋律相协调 2. 能够准确地根据音乐的节奏和旋律变化动作	
艺术 (20分)	表现力(10分)	1. 能够通过动作展现音乐的情感和氛围 2. 表情自然，与动作和音乐相协调	
	整体效果(10分)	1. 整体表现力强，能够吸引观众的注意力	

		2. 动作与音乐的结合产生良好的视觉效果和听觉效果	
得分		折合分数	

2. 自编套路：占技能测试分数的40%（40分）

（1）考核方法：音乐自选，时间为1分20秒±5秒。整个套路应突出健美操技术特征，以竞技健美操、啦啦操基本步法，基本难度及适当的过渡连接为主线，根据自己能力来创编。评分参照《2022—2024年竞技健美操竞赛评分规则》执行。

（2）评分标准

自编健美操评分标准

项目	评分标准	得分		
难度分 (40分)	1. 只对最先出现9个难度动作给予分值 2. 任何动作出现摔倒或大错误（触地）该难度将得到“0”分 3. 难度动作要达到最低完成标准，否则该难度将得到“0”分 4. 技巧须结合难度使用	卓越 (36-40)	平均 (28-36)	一般 (0-28)
完成分 (30分)	1. 身体形态：展示每个动作的精确形态 2. 姿态/身体控制：完成动作时，身体要处于正确的位置或空间。 -颈部、肩部和头部相对于脊柱的姿态和位置 -躯干的位置 -脚相对于髋关节、膝关节、踝关节的位置 -腿部（膝盖和脚）充分的延伸 3. 准确性： -每一个动作都必须运用正确的技术和必要的体能来完成； -每个动作都要有一个清晰的开始和结束姿态； -跳和跃要有足够的高度	卓越 (27-30)	平均 (21-27)	一般 (0-27)

艺术分 (30分)	<p>1. 音乐: -音乐的选择和创编,要有利于动作主题的表达; -表现运动员的个性特点和技术风格;要动感、多样、清晰;允许使用提示音</p> <p>2. 主体内容: -复杂性和多样性。协调多样的展示出健美操基本步伐的正确技术;高质量的手臂动作展示出准确性和流畅性。在成套中,要运用不同长度、不同形式、不同身体能力的没有重复的动作。 -过渡动作流畅 -空间使用:利用操化动作进行移动,充分使用场地</p>	卓越 (27-30)	平均 (21-27)	一般 (0-27)
得分		折合分数		

三、评分方法

考核成绩采用百分制, 面试最终成绩=试讲成绩*50%+技能成绩*50%