



澳門大學
UNIVERSIDADE DE MACAU
UNIVERSITY OF MACAU

足球測試內容(男子)

- **30 公尺衝刺跑計時**

測試選手的速度和爆發力

- **繞杆計時**

無球繞杆及有球繞杆各 1 次

(測試考生的靈活性和敏捷度，考生需在設置的繞杆路線中通過，計時完成時間)

- **繩梯**

4 個繩梯動作

(繩梯動作將於測試時現場提供，考核測試者的臨場表現)

- **控球權練習測試**

➤ 進行 5 人或以上的控球權對抗訓練

- **專項測試**

➤ 以場上位置分為前鋒，中場，後衛安排進行專項測試

(測試內容將於測試時現場解釋，考核測試者在位置的能力)

- **7 對 7 或以上人數對抗賽**