

极限飞盘比赛精神评分单

极限飞盘比赛精神是(沙滩)极限飞盘的基础部分。这个表单是为了令队伍牢记这点而设计的，从而帮助队伍更好地了解自己在比赛精神上的强项和弱点。

你的整支球队都应该来参与评价其他队！只需圈注每一行的其中一个方块，并计算总分，就可以决定其他队伍的精神得分。

我们的队名

他们的队名

天



1. 规则认知和使用

例如：他们没有做出不公的示意。他们没有故意错误理解规则。他们保证时限。他们乐意传授/或者学习规则。

0 1 2 3 4
差 不太好 好 很好 非常好

2. 犯规和身体接触

例如：他们避免了犯规，接触以及危险动作

0 1 2 3 4
差 不太好 好 很好 非常好

3. 公正意识

例如：他们为自己的犯规道了歉。他们会提醒那些做出不必要示意的队友。他们乐意承认我们是对的，并收回了他们的示意

0 1 2 3 4
差 不太好 好 很好 非常好

4. 态度积极和自控

例如：他们介绍了自己。他们交流的时候没有贬义或进攻性语言。他们夸奖我们的好盘。他们给我们的整体印象是积极的，比如在赛后的精神环节。

0 1 2 3 4
差 不太好 好 很好 非常好

5. 和他们相比，我们的精神

就规则理解，身体接触，公正意识，积极态度和自控方面而言，我们队和他们队的比较

我们比他们精神好了很多
我们的精神比我们队的一筹两样
我们队的精神比我们队的一点不差
我们的精神比他们多很多

总分



审核者



&

