附件1：

2017年无锡市初中毕业升学体育考试项目与评分标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **分**  **值** | **速度耐力类** | | | | | | | | **力量类** | | | | **灵巧类** | | | | | | | |
| 50**米跑**  **（秒）** | | 800**米（男）**400**米（女）跑**  **（分﹒秒）** | | 1000**米（男）**  800**米（女）**  **跑**  **（分﹒秒）** | | 50**米游泳**  **（分﹒秒）** | | **掷实心球**  **（米）** | | **引体向上(男)**  1**分钟仰卧起坐（女）（次）** | | 30**秒钟**  **跳绳**  **（次）** | | **立定**  **跳远**  **(厘米)** | | **俯卧撑**  **（次）** | | **篮球**  **运球**  **（秒）** | |
| 男 | 女 | 男 | 女 | 男 | 女 | 男 | 女 | 男 | 女 | 男 | 女 | 男 | 女 | 男 | 女 | 男 | 女 | 男 | 女 |
| 10 | 7.3 | 8.4 | 3:15 | 1:40 | 3:57 | 3:47 | 1:30 | 1:40 | 9.00 | 6.00 | 5 | 44 | 86 | 86 | 240 | 190 | 20 | 11 | 12.8 | 14.8 |
| 9 | 7.6 | 8.7 | 3:30 | 1:45 | 4:12 | 4:02 | 1:40 | 1:50 | 7.70 | 5.00 | 4 | 36 | 80 | 80 | 220 | 170 | 15 | 8 | 15.8 | 20.6 |
| 8 | 7.9 | 9.1 | 3:50 | 1:55 | 4:27 | 4:17 | 1:50 | 2:00 | 5.50 | 4.50 | 3 | 25 | 70 | 70 | 193 | 149 | 12 | 6 | 20.8 | 27.1 |
| 7 | 8.0  及  以下 | 9.2  及  以下 | 3:51  及  以下 | 1:56  及  以下 | 4:28及  以下 | 4:18  及  以下 | 1:51  及  以下 | 2:01  及  以下 | 5.49及  以下 | 4.49  及  以下 | 2  及  以下 | 24  及  以下 | 69  及  以下 | 69  及  以下 | 192及  以下 | 148及  以下 | 11  及  以下 | 5  及  以下 | 20.9  及  以下 | 27.2  及  以下 |

附件2：

2017年无锡市初中毕业升学体育

考试规则与评分办法

一、速度耐力类项目

（一）50米跑

1**.考试方法**

考生采用站立式起跑，监考员用发令枪发令，抢跑违例须重新起跑。每道采用三表计时，见烟开表，躯干到终点表停。记录员记录成绩应精确到百分之一秒，填写到考试证上的成绩为十分之一秒（即第二位小数非0则进1）。

2**.注意事项**

考生应穿平底胶鞋，不得穿钉鞋或有胶钉的鞋子。

（二）1000米（男）800米（男、女）400米（女）跑

1**.考试方法**

考生采用站立式起跑，监考员用发令枪发令，抢跑违例须重新起跑。考生到达终点时需听从监考员要求按序进行成绩登记。记录员记录成绩单位为秒，不计小数。

2**.注意事项**

考生应穿平底胶鞋，不得穿钉鞋或有胶钉的鞋子。

（三）50米游泳

考试在标准游泳池内进行，单向不间断、不折返。考生在泳池的出发端听信号出发，同时计时开始。出发时允许潜入水中，在整个游程中可采用任何泳姿，但身体的一部分必须露出水面，正常情况下双手不应同时举出水面（以免裁判人员视为求救）。到达终点时必须用身体某一部位触及池壁以示完成游程，同时表停。考生在整个考试中双手同时举出水面视为求救，救护人员应立即组织救护。游泳衣裤、游泳帽考生一律按要求自备。

下列行为判为违规。

1.考生在池底站立并有跨越或行走行为；

2.考生有拉分道线助力行为；

3.考生出发后游错泳道。

凡出现违规者即考试完毕，成绩按7分计。

凡患有传染性疾病（如传染性肝炎、活动性肺结核、细菌性痢疾、皮肤病、红眼病疾、化脓性中耳炎）、器官性疾病（如严重的高血压、心血管疾病、关节性障碍）、精神类疾病（含病史）、有开放性创口和女生月经期的考生，不能参加游泳考试。

二、力量类项目

（一）原地掷实心球（2千克）

1**.场地器材**

掷实心球测试仪、皮尺，左右宽度4米，长度在20米以上的平整场地一块，在场地一端划上直线作为起掷线（男女起掷线须分开，避免男女考生掷出的球落到仪器感应区外）。

2**.考试方法**

考生持球站于起掷线后，两脚前后或左右开立，身体面对投掷方向，双手举球至头上方稍后仰，原地用力把球向前方掷出。当球掷出后，脚不得踩起掷线。仪器自动测量判定投掷距离，并识别起掷踩线或投掷后踩线等犯规动作，有语音或警鸣提示犯规。每人可考三次，择优记取其中一次成绩。

3**.注意事项**

发现踩线等犯规时，则此成绩无效。三次均无成绩者，此项成绩按7分记取。

（二）引体向上（男）

考试方法：考生双手正握杠成直臂悬垂。静止后，两臂同时用力引体，上拉到下颌超过横杠上缘为完成一次，下颌不过横杠上缘不计次数。在下一次上拉前，不可屈肘，否则无效。每人可考二次，择优记取其中一次成绩。如二次考试动作均不符要求，成绩按7分记取。

（三）1分钟仰卧起坐（女）

考试方法：考生仰卧于垫上，两腿稍分开，屈膝，两手指交叉贴于脑后。帮助者压住其踝关节，以固定下肢。考生坐起时两肘触及或超过双膝为完成一次。仰卧时两肩胛必须触垫。监考人员发出“开始”口令的同时开表计时，记录一分钟内完成次数，每人可考二次，择优记取其中一次成绩。

三、灵巧类项目

灵巧类项目考生可报考二项，一项为主项，一项为副项，择优记取一项成绩。每项可考二次，择优记取其中一次成绩。

（一）30秒钟跳绳（考试用绳考生自备）

1**.场地器材**

平整、干净地面一块，跳绳测试仪，秒表。

2**.考试方法**

考生站在考试区域内，听到考试指令后开始跳绳，每跳跃一次摇绳一回环（一周圈）为一次（一跳一摇计一次），仪器自动计数。30秒钟仪器自动停止计时并记录成绩，同时监考员发出考试结束指令。每人可考二次，择优记取其中一次成绩。

3**.注意事项**

考试过程中跳绳拌脚，应继续进行，仪器会自动减少一次，然后再接着计数(双飞仍按一次计数)。

（二）立定跳远

1**.场地器材**

立定跳远测试仪，皮尺。

2**.考试方法**

考生两脚自然分开，站在起跳线后，脚尖不得踩线。两脚原地同时起跳，不得有垫步、小跳或连跳动作。每人可跳三次，仪器自动记录成绩，择优记取其中一次成绩。

3**.注意事项**

（1）考生一律穿运动胶鞋或平底鞋，不得穿硬底皮鞋、高跟鞋、运动钉鞋和凉鞋考试；

（2）每次跳完后，应向前走出考试区域，然后绕回到起跳点；

（3）发现踩线等犯规时，则此成绩无效。三次均无成绩者，此项成绩按7分记取；

（4）考生应将衣服口袋内的物品取出，以防跳时跌落地面造成物品损坏。

（三）俯卧撑

1**.场地器材**

俯卧撑架，地面平整、干净场地一块或在地面上放置薄体操垫。

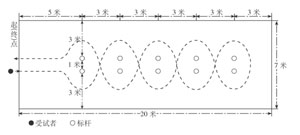
2**.考试方法**

考生从俯撑开始，直臂支撑与肩同宽（或略宽于肩），两腿后伸，全身挺直，然后两臂弯曲，使肘与肩处于同一水平面，两臂同时用力推起，成直臂支撑为完成一次。每人可考二次，择优记取其中一次成绩。二次考试成绩无效，按7分记取。

（四）篮球运球

1**.场地器材**

考试场地长20米，宽7米，设标志杆10根（杆高1.2米以上），设置如图：



图（“┄”为运球路线）

2**.考试方法**

考生在起点线后持球站立，听到出发口令后，按图中所示箭头方向单手运球依次过杆，监考员发令后开表计时，考生与球均返回起终点线时停表。以秒为单位记录成绩，精确到小数点后1位，小数点后第2位数按非零进1原则进位。运球中如球脱手应自行捡回，并在脱手处继续运球，计时不停止。若出现抢跑、双手同时运球、膝盖以下身体部位触球、漏绕标志杆、碰倒标志杆、人或球出考试场地、未按要求路线完成考试的行为，考试成绩无效。每人可考二次，择优记取其中一次成绩。二次考试成绩无效，按7分记取。

附件3：

2017年无锡市初中毕业升学体育考试日程安排表

|  |  |
| --- | --- |
| **日程** | **内容** |
| 2月15日(星期三） | 考试文件初稿制订 |
| 2月22日(星期三） | 调整修改报名登分软件、设计准考证 |
| 2月27日（星期一） | 市(县)区体育干部会议（14:00在扬名新村考试院内一楼） |
| 3月3日（星期五） | 考试文件公布 |
| 3月7日（星期二） | 考点学校会议(分管校长、体育组长14:00在辅仁高中) |
| 3月9日（星期四） | 体育考试报名工作会议(体育组长、教务员14:00在辅仁高中) |
| 3月31日（星期五） | 参考学校校医会议（14:00在扬名新村考试院） |
| 4月10日（星期一） | 报名、选项确认、录入截止，打印考单 |
| 4月12日（星期三） | 教务员送交考单（8：30—11：30在扬名新村考试院二楼） |
| 4月13日（星期四） | 编排体育考试秩序册（8：30起全天在扬名新村考试院二楼） |
| 4月15日（星期六） | 秩序册文字录入计算机 |
| 4月24日（星期一） | 计算机录入员模拟（师范12名学生、录入组组长13:30在师范）  引导员培训(师范108名学生，4名带队老师14:30在师范) |
| 4月19—28日 | 职高预备班体育考试 |
| 4月25日（星期二） | 主考、总监督会议（14:30在扬名新村考试院） |
| 4月26日（星期三） | 考试组织工作会议（参考学校分管领导、体育组长14:00在辅仁） |
| 5月2日（星期二） | 上午各考点学校测试仪器、计算机考试系统安装试运行，各考务组主考检查场地器材准备情况 |
| 监考、监督人员、考点体育组长会议（14:00在辅仁） |
| 5月3—6日  (星期二─星期五) | 体育考试 |
| 5月7日（星期日） | 游泳项目考试（市体育中心游泳馆） |
| 5月17日（星期三） | 体育缓考补考考试（9:00在无锡市一中） |
| 6月26日（星期一） | 体育考试成绩公布 |
| 6月29日（星期三） | 江阴市、宜兴市上报体育考试总结 |
| 6月30日（星期四） | 汇总撰写无锡市初中毕业升学体育考试总结报省厅 |