

黄石市教育考试院

2017 年黄石市城市区高中招收体育特长生统一测试细则

根据《市教育局关于 2017 年高中阶段学校考试招生工作的实施意见》（黄教基〔2017〕14 号）文件精神，为做好我市城区今年高中学校招收体育特长生统一测试工作（以下简称“统测”），确保体育特长生统测的顺利进行，现将测试细则、测试安排及要求通知如下：

一、体育特长生测试时间与地点

测试时间：2017 年 4 月 23 日，上午 8：00 开始测试。

测试地点：黄石二中。

二、考生须知

（一）考生必须携带本人准考证参加测试。考生要注意安全，自备饮水，考试前要充分做好准备活动，防止发生伤害事故。

（二）考生要提前 30 分钟到达考场，由引导员分组引进考场，如考生错过自己应参加测试顺序，视为自动弃权。

（三）考生要遵守纪律，听从指挥，自觉维护考场秩序，保持考场卫生，禁止带通讯工具入场，不要大声喧哗、随意走动，不得干扰和影响考务人员工作，违纪者以扰乱考场处理。如发现冒名顶替或弄虚作假，取消测试资格。

（四）考生须自觉遵循测试规则，知晓测试细则。如发现测试成绩有误时，应当场向主考员或纪检人员提出，以便及时处理。

（五）考生需自行购买意外伤害保险参加测试。

请考生提前做好考前训练与准备工作，并注意测试期间的安全。

三、各项目细则

足球

一、正脚背颠球（10 分）

- 1、测试办法：颠球必须在直径为 7m 的圆圈内完成
- 2、测试要求：颠球开始时必须用脚把球从地面挑起，颠球时需用左右脚正脚背部位颠球。单脚连续颠球不计次数。
- 3、成绩评定：

分值	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
成绩	50	45	40	35	30	25	20	15	10	5

二、18 米运球绕杆射门测试（15 分）

- 1、测试办法：在距起点线 18 米直线距离放置 8 根标志杆(第一根杆距起点线 2 米，每杆间距 2 米，最后一根标志杆距射门线 2 米)。
- 2、测试要求：在射门线（距球门线 16.5 米）前起脚射门，并将球射入球门内有效。将球放在起点线上，球动开表，考生将球依次绕过 8 根标志杆后射门。球的整体越过球门线停表。
- 3、成绩评定：

18 米运球绕杆射门评分标准表

男：

分值	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
成绩 (秒)	9	9.5	10	10.5	11	11.5	12	12.5	13	13.5	14	14.5	15	15.5	16

女：

分值	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
----	----	----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---

成绩(秒)	11	11.5	12	12.5	13	13.5	14	14.5	15	15.5	16	16.5	17	17.5	18
-------	----	------	----	------	----	------	----	------	----	------	----	------	----	------	----

三、5~25 米折返跑（15 分）

1、测试办法：本项测试使用手计时，从起（终）跑线外设置标志瓶，向场内直线延伸，分别在 5 米、10 米、15 米、20 米和 25 米处设置一个标志瓶。

2、测试要求：考生在起（终）跑线采用站立式起跑，考生必须按规定依次用手碰触倒各折返点的标志瓶，并完成所有折返距离跑回起（终）点。

3、成绩评定：

5×25 米折返跑评分标准表

男：

分值	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
成绩(秒)	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47

女：

分值	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
成绩(秒)	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49

四、守门员能力测试

1、手抛球测试办法（10 分）：

在规定区域内，考生用手持球掷远。每人三次，取最好一次成绩作为考生最后成绩。

2、踢远测试办法（10 分）：

脚发球踢远（采用踢凌空球，反弹球，定位球等方法不限）每人三次，取最好一次成绩作为考生最后成绩。

3、扑接球测试办法（20 分）：

守门员考生扑接 10 个球，由考评裁判员以其技术、技能进行评定（由裁判员踢球射门）。

4、成绩评定：

手抛球掷远评分标准

男:

分值	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
成绩（米）	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11

女:

分值	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
成绩（米）	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6

脚发球踢远评分标准

男:

分值	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
成绩（米）	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13

女:

分值	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
成绩（米）	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9

扑接球由考评裁判员根据评分标准进行评定

分值	20~18	17~15	14~11	10
技术、技能要求	技术动作规范，动作运用合理，选位意识好，身体移动快、协调。	技术动作规范，动作运用合理，选位意识较好，身体移动快、协调。	技术动作基本规范，动作运用较合理，选位意识基本合理，身体移动快、协调。	技术动作不规范，动作运用不合理，选位意识不合理，身体移动较慢，不太协调。

五、实战能力（60分）

1、测试方法：根据考生人数，结合考生自报的场上位置，

进行分组比赛。

2、测试要求：考生胸前必须佩戴相应的号码衣，便于考评打分。

3、成绩评定：考评人员根据评分标准对考生的技术能力，战术意识、心理素质及比赛作风四个方面进行综合评定。

定性评分表

分值	60~53	52~45	44~37	36~29
技能要求	战术能力强，意识好，技术动作规范，运用正确，作风顽强，心理状态稳定。	战术能力较强，意识较好，技术动作规范，运用较正确，作风顽强，心理状态稳定。	战术能力一般，意识一般，技术动作基本规范，运用基本正确，作风较顽强，心理状态较稳定。	战术能力一般，意识一般，技术动作不规范，运用不正确，作风不够顽强，心理状态不稳定。

篮球

一、身高（10分）

1、测试办法：受试者赤足，立正姿势站在身高计的底板上，（上肢自然下垂，足跟并拢，足尖分成 60 度。足跟、骶骨部及两肩胛骨区与立柱相接触，躯干自然挺直，头部正直，耳朵上缘与眼眶下眶呈水平位，测试人员读数时双眼应与压板水平面等高进行读数。

2、测试要求：身高计应选择平坦靠墙的地较置，严格掌握，三点靠立柱，两点显水平的测量姿势。

3、成绩评定：

男	分值	10	9	8	7	6	5
	身高（米）	1.9~1.85	1.84~1.8	1.79~1.75	1.74~1.70	1.69~1.65	1.64~1.6

女	分值	10	9	8	7	6	5
---	----	----	---	---	---	---	---

	身高（米）	1.8~1.75	1.74~1.7	1.69~1.65	1.64~1.60	1.59~1.55	1.54~1.5
--	-------	----------	----------	-----------	-----------	-----------	----------

二、助跑撑高（10 分）

1、测试办法：将标有刻度的黑板挂在篮板上，考试的男、女考生在手指上沾摸一些滑石粉，然后通过助跑单脚起跳手指触摸黑板。黑板上的手指印迹表示摸高的高度，每人连续摸二次，取最好的成绩。

2、测试要求：助跑路线自由选择，必须单脚起跳。

3、成绩评定：

男	分值	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
	高度（米）	3.05	3.00	2.95	2.90	2.85	2.80	2.75	2.70	2.65	2.60

女	分值	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
	高度（米）	2.80	2.77	2.74	2.71	2.68	2.65	2.62	2.59	2.56	2.53

三、1 分钟投篮（15 分）

1、测试办法：以篮圈中心，投影点为圆心，4.25 米为半径画弧，考生在弧线外进行 1 分钟自投，投篮姿势不限，记投中个数，每人测一次。

2、测试要求：投篮必须在弧线外，不准踩线，踩线投篮投中无效。

3、成绩评定：

分值	15	14	12	10	8	6	4	2
投中数	8	7	6	5	4	3	2	1

四、半场往返运球投篮

1、测试办法：考生在球场中线的右侧靠近边线处（踩中线的起点）快速运球上篮，且球要投中，若投不中且必须补投，直至投中为止（以下各次与此相同），自己抢到篮球后快速运往左

侧中线的边线处，踩中线后快速运球上篮，抢到投中的篮板球后，快速运球返回右侧中线起点处。上述过程再重复做一遍，一共往返两个来回，投中 4 个球，从右侧起点运球开始计时，到第 4 个球投中后抢到篮板球再运回右侧中线起点处则计时结束。每人二次机会，取最好一次成绩。

2、测试要求：运球过程中，不得向前抛球和抱球跑，折返处脚必须踩线。

3、成绩测定：

男生

分值	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
时间 (秒)	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49

女生

分值	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
时间 (秒)	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51

五、全场 5 对 5 比赛（50 分）

1、测试办法：考生根据自己所报的场上位置进行分组比赛，考试人员对每个考生进行评分。

2、测试要求：在比赛中注意集体配合，主要观察攻防的配合意识和技战术的实效性。

3、成绩评定：

定性评分表

分值	50~45	44~40	39~35	34~30
能力要求	战术能力强，意识好，技术动作规范，运用正确，作风顽强，心理状态稳定。	战术能力较强，意识一般，技术动作规范，运用基本正确，作风顽强，心理状态	战术能力一般，意识一般，技术动作规范，运用基本正确，作风较一般，心理状	战术能力一般，意识一般，技术动作不规范，运用不正确，作风不够顽强，心理状

		较稳定。	态较稳定。	态不稳定。
--	--	------	-------	-------

健美操

一、身体基本形态（10分）

1、测试办法：考生身着考试服，赤脚站在体重称上，由考务人员测量身高和体重，通过目测检查考生的气质和相貌评分。

2、测试要求：仪器选择平坦靠墙的地方放置，严格掌握“三点”两点水平的测量姿势。

3、成绩评定

（1）身高 3分：男子：165·180cm 女子：158~172cm，每超过或不足 1cm 扣 0.5 分。

（2）体重 3分：男子：身高—105=体重（kg） 女子身高—108=体重（kg），3kg 范围不扣分，超过或不足 1kg 扣 0.5 分。

（3）气质、相貌（4分）

气质高雅，五官端正，面目清秀，有灵气

好：4分 一般：3分 差：2分

二、综合素质（30分）

1、测试办法：纵叉、横叉、仰卧起坐、俯卧撑

2、测试要求：在体操垫上完成测试，用尺测量左、右腿纵叉、横叉完成情况，用秒表记时，数仰卧起坐个数。俯卧撑直接计数。

3、成绩评定：

内容、分值、标准、评分办法：纵叉（左、右、腿各 3分）横叉（4分）共 10分。两腿伸直，前后分开成一字，大腿跟部着地，上体直立。男子大腿距离地面每增加 2 厘米扣 1 分，女子大腿跟部距离地面每增加 1 厘米扣 1 分。

仰卧起坐：10分

1 分钟完成 50 次（男）；40 次（女），每少做一次扣 0.5 分
俯卧撑：10分

30 秒完成 20 次（男）；10 次（女），每少一次扣 1 分。

三、成套动作（60分）：

1、测试办法：考生每人完成一套自编（或规定）健美操动作、舞蹈、体育舞蹈动作，时间在 1'30" ± 5"，场地 10 × 10 m²，

根据考生编排难度及完成情况给予评分。

2、测试要求：考生考试时，自备服装，女生允许化淡妆，自备伴奏音乐。

3、成绩评定：

完成动作质量较好：50-60分

完成动作质量一般：30-49分

完成动作质量较差：20-29分

田径

1、测试办法：各项目按正规比赛程序进行测试，径赛项目使用电动计时仪，成绩以预先指定的电动计时仪计取的成绩为准，若遇设备故障则以裁判员人工计时的成绩为准。田赛项目以人工测量的成绩为准。

2、测试要求：考生须持本人准考证进行测试，钉鞋自备。

在检录测试过程中，凡经查实考生有冒名顶替，弄虚作假等违反测试纪律行为的，没收测试者相关证件，取消测试资格，测试成绩。考生必须对本成的测试成绩签字确认，方为有效。

测试执行国家体育总局最新颁布的《田径竞赛规则》。

排球

一、助跑纵跳摸高（20分）

1、测试办法：将有刻度的黑板挂在篮板上，考试的男，女生手指上沾摸一些滑石粉，然后，通过助跑双脚起跳摸高，每人连续两次，取最好的成绩。

男：

高度（米）	3.10	3.05	3.00	2.95	2.90	2.85	2.80	2.75	2.70	2.65	2.60
分值	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10

女：

高度（米）	2.95	2.90	2.85	2.80	2.75	2.70	2.65	2.60	2.55	2.50	2.45
分值	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10

二、网下三半移动（20 分）

1、测试办法：运动员从 A 限制线开始移动至中线并用手触中线，回到 A 限制线并用手触 A 线，从网下穿过到 B 限制线并用手触 B 线，再到中线并用手触中线，回到 B 限制线并用手触 B 线，从网下穿过到 B 限制线，每人测一次。

男：

成绩（秒）	7	7.2	7.4	7.6	7.8	8.0	8.2	8.4	8.6	8.8
得分	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11

女：

成绩（秒）	8	8.2	8.4	8.6	8.8	9.0	9.2	9.4	9.6	9.8	10.0
得分	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10

三、发球

1、测试办法：运动员在发球区内，连续发 10 个球，最后 3 个球必须发在后场区（端线往场区 3 半区域内）。每个发球得 2 分，共 20 分。

2、测试要求：

- （1）发球动作正确，技术运用合理；
- （2）运动员发球不得犯规。

四、比赛实战能力：40 分

（1）测试办法：根据运动员场上位置时行安排，技战术运用合理，战术意识好，特长及应变能力强。

（2）要求：在比赛中，展示个人技战术和集体配合能力。

乒乓球

一、正手对攻（20 分）

1、测试办法：以正手斜线连续对攻，计一分钟时间内实际对攻次数累计。

2、测试要求：运动员只能用 2 个球进行测试，2 个球失误

即考试结束，按乒乓球评分表规定给予评分。

二、搓中侧身抢攻或拉后连续攻或拉（20 分）

1、测试办法：测试者发下旋球后，搓一至二板，伺机侧身抢攻或抢拉后连续攻或拉 5 板球。

2、测试要求：每个测试者打 5 个球，一个球 4 分，一个球连续上台 5 板的给 4 分，一个球连续上台 4 板的给 3 分，上台 3 板的给 2 分，上台 2 板给以下的则没分。

三、比赛成绩与得分(60 分)

根据考生人数的多少决定比赛是采用单循环还是分组循环。排出比赛名次，按比赛名次量化评分，比赛采用 3 局 2 胜制。

正 手	完成次数	70	65	60	55	50	45	40	35	30	25	20	15	10
对攻	得分	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8

搓球侧身抢	连续攻或拉	5 板	4 板	3 板	2 板
攻或拉、接连续攻或拉	得分	4	3	2	1

比赛名次与	名次	1	2	3	4	5	6	7	8
得分	得分	60	55	50	45	40	35	30	25

游泳

1、凡参加游泳测试的运动员，必须持准考证进场地作准备活动。

2、测试时由裁判员点名，游泳测试项目按运动员报名的项目进行，测试时不能换项目。

3、游泳测试执行国家体育总局颁布的最新《游泳竞赛规则》，在测试中出现犯规，测试成绩无效。

4、运动员测试结束后，裁判员现场宣布成绩，运动员须签字确认。

射击

测试办法:

- 1、射击姿势项目考生自选。
 - 2、五发子弹校枪。
 - 3、进行一组射击测试（10发子弹）。
 - 4、执行国家体育总局审定的最新《射击规则》。
- 二、测试要求：考生测试枪支、弹药、靶纸自备。

黄石教育考试院
2017年4月13日

