

# 闽清县第一中学文件

梅一中（2024）第8号

---

## 闽清一中 2024 年普通高中体育特长生招生方案

根据福州市教育局《关于福州市 2024 年普通高中体育、艺术特色班、特长生招生工作的通知》的精神，经研究，我校 2024 年拟招收 23 名体育特长生（男篮 6 名、女篮 5 名、男足非守门员 6 名、田径 6 名男 3 女 3 可调剂），现将有关招生方案公布如下：

### 一、学校招考工作领导小组

组 长：陈敬标

副组长：廖宏兵

组 员：张延国 许小松 黄少力 杨 洪 刘 珍 许泽庆  
郑东华 林锦辉 刘诗清 张 云 杨星星 傅延凯

### 二、报名资格条件

国家二级运动员；在初中阶段参加县（市）区级以上教育行政部门主办或政府联办的赛事个人项目、集体项目前六名队员（含县（市）区级，集体项目需为主力队员）；初中阶段参加省青少年单项锦标赛获得前六名。

### 三、现场报名资料

随带报名表，身份证复印件一份，获奖证书（证明）或运动员等级证书原件和复印件，一张两寸彩色照片、所在学校学籍辅号。

### 四、报名时间、地点、领取准考证：

1. 报名时间：2024年5月18日-19日（上午9点—12点、下午2点30分—5点30分）
2. 地点：闽清一中体育组办公室（体育馆内）报名，逾期不予受理。
3. 领取准考证：2024年5月22日 闽清一中体育馆

### 五、计划招生人数

男篮6名，女篮5名，男足非守门员6名，田径6名（男3女3可调剂）。

### 六、录取办法：

按照《2024年福州市高级中等学校招生考试工作实施细则》录取办法执行，中考成绩在福州市普高最低投档线上录取。专业项目按照专业入围测试成绩70分以上，从高分到低分择优录取。专业项目同分的，再按中考成绩从高分到低分择优录取。等级科目要求与一般普高招生条件一致。

### 七、测试时间、地点：

时间：2024年5月25日（星期六）

地点：本校篮球场、田径场、足球场

上午8点30分—12点：田径、篮球测试

下午2点30分—5点30分：足球测试

### 八、测试内容：

#### （一）篮球：

1. 身体素质测试（25%）：5米三向折返跑（10分）、助跑摸高（15分）。
2. 专业技术测试（50%）：1分钟投篮（25分）、多种变向运球上篮（25分）、

3. 实战能力测试（25%）：全场 3V3 或 5V5 攻防

4. 身体形态附加分（5%）：身高。

## （二）田径：

1. 素质测试（30%）：50 米跑（10 分）、立定跳远（10 分）、双手头上前掷实心球（10 分）。

2. 专项测试（70%）。

专项测试：100 米、100 米栏（女）、110 米栏（男）、200 米、400 米、800 米、1500 米、跳高、跳远、三级跳远、铅球、标枪、铁饼（考生任选一专项测试）。

## （三）足球：非守门员：

1. 专项身体素质测试（30 分）：5×25 米折返跑（15 分）、灵敏性、协调性综合测试（15 分）。

2. 基本技术测试（40 分）：颠球（10 分）、定位球踢准（15 分）、20 米运球绕杆射门（15 分）。

3. 实战能力测试（30 分）。

附件 1：福州市 2024 年普通高中体育艺术特长生、特色班报名表

附件 2：闽清一中体育特长生考试内容及评分标准

联系人：张延国 电话：13075981063

邮 箱：408384140@qq.com

闽清一中网址：[http:// www.mqyz.net](http://www.mqyz.net)

市教育局监督投诉电话：83312694 邮箱：[fztwyc@163.com](mailto:fztwyc@163.com)

福建省闽清县第一中学

2024 年 4 月 26 日

附件 1:

## 福州市 2024 年普通高中体育 艺术特长生、特色班报名表

招生学校（盖章）：

学籍辅号：

姓名		性 别		出生年月		照片  (报名时毕业 学校加盖骑缝 章)
体育类	(按照学校招生方案填报专业)					
艺术类	(按照学校招生方案填报专业)					
联系电话（手机）						
报名条件说明（需附证书 复印件、证明材料）						
考 生 承 诺	考生本人及家长已获知并理解体育、艺术特色班、特长生招考相关规定和要 求，承诺所提交考生本人的报名资料真实，并诚信参加考试，对此表格所填报内 容负全部责任。（抄写在下列）					
	考生及家长签名：			日期： 年 月 日		

备注：该表由毕业学校发放，学生填报并由毕业学校盖章确认后，到招生学校报  
名；由招生学校进行资格审核，审核通过后报市教育局汇总名单。每个考生只能报考一  
所公办学校和一所民办学校的一个专业，否则报名结果均视为无效。

附件 2:

闽清一中体育特长生考试内容及评分标准

田 径

考试 内容	身体素质测试 (30 分)			专项测试 (70 分)
考试 指标	50 米	立定跳远	实心球	考生任选 1 个项目测试
分值	10 分	10 分	10 分	70 分

(田径-身体素质测试)

项目 分值	50 米 (秒)		立定跳远 (厘米)		实心球 (米)	
	男	女	男	女	男	女
10	6.6	7.4	270	220	12.0	8.7
9	6.7	7.5	265	215	11.7	8.4
8	6.8	7.6	260	210	11.4	8.1
7	6.9	7.7	255	205	11.1	7.8
6	7.0	7.8	250	200	10.8	7.5
5	7.2	8.0	240	190	10.4	7.1
4	7.4	8.2	230	180	10.0	6.7
3	7.6	8.4	220	170	9.6	6.3
2	7.8	8.6	210	160	9.2	5.9
1	8.0	8.8	200	150	8.8	5.5

田径 (男子)

分 值	100 米	200 米	400 米	800 米	1500 米	110 米栏	跳高	跳远	三 级 跳远	铅球	标枪
70	11.40	23.60	53.00	02:06.0	04:25.0	16.00	1.78	6.40	13.50	12.00	45.00
69	11.45	23.70	53.20	02:06.5	04:26.0	16.10	1.76	6.35	13.40	11.90	44.50
68	11.50	23.80	53.40	02:07.0	04:27.0	16.20		6.30	13.30	11.80	44.00
67	11.55	23.90	53.60	02:07.5	04:28.0	16.30	1.74	6.25	13.20	11.70	43.50
66	11.60	24.00	53.80	02:08.0	04:29.0	16.40		6.20	13.10	11.60	43.00
65	11.65	24.10	54.00	02:08.5	04:30.0	16.50	1.72	6.15	13.00	11.50	42.50
64	11.70	24.20	54.20	02:09.0	04:31.0	16.60		6.10	12.90	11.40	42.00
63	11.75	24.30	54.40	02:09.5	04:32.0	16.70	1.70	6.05	12.80	11.30	41.50
62	11.80	24.40	54.60	02:10.0	04:33.0	16.80		6.00	12.70	11.20	41.00
61	11.85	24.50	54.80	02:10.5	04:34.0	16.90		5.95	12.60	11.10	40.50
60	11.90	24.60	55.00	02:11.0	04:35.0	17.00	1.68	5.90	12.50	11.00	40.00
59	11.95	24.70	55.20	02:11.5	04:36.0	17.10		5.85	12.40	10.90	39.50

58	12.00	24.80	55.40	02:12.0	04:37.0	17.20		5.80	12.30	10.80	39.00
57	12.05	24.90	55.60	02:12.5	04:38.0	17.30	1.66	5.75	12.20	10.70	38.50
56	12.10	25.00	55.80	02:13.0	04:39.0	17.40		5.70	12.10	10.60	38.00
55	12.15	25.10	56.00	02:13.5	04:40.0	17.50		5.65	12.00	10.50	37.50
54	12.20	25.20	56.20	02:14.0	04:41.0	17.60	1.64	5.60	11.90	10.40	37.00
53	12.25	25.30	56.40	02:14.5	04:42.0	17.70		5.55	11.80	10.30	36.50
52	12.30	25.40	56.60	02:15.0	04:43.0	17.80		5.50	11.70	10.20	36.00
51	12.35	25.50	56.80	02:15.5	04:44.0	17.90	1.62	5.45	11.60	10.10	35.50
50	12.40	25.60	57.00	02:16.0	04:45.0	18.00		5.40	11.50	10.00	35.00
49	12.45	25.70	57.20	02:16.5	04:46.0	18.10		5.35	11.40	9.90	34.50
48	12.50	25.80	57.50	02:17.0	04:47.0	18.20	1.60	5.30	11.25	9.80	34.00
47	12.55	25.90	57.80	02:18.0	04:48.0	18.30		5.25	11.10	9.70	33.50
46	12.60	26.00	58.10	02:19.0	04:49.0	18.40		5.20	10.95	9.60	33.00
45	12.65	26.10	58.40	02:20.0	04:50.0	18.50	1.58	5.15	10.80	9.50	32.50
44	12.70	26.20	58.70	02:21.0	04:51.0	18.60		5.10	10.65	9.40	32.00
43	12.75	26.30	59.00	02:22.0	04:52.0	18.70		5.05	10.50	9.30	31.50
42	12.80	26.40	59.30	02:23.0	04:53.0	18.80	1.56	5.00	10.35	9.20	31.00
41	12.85	26.50	59.60	02:24.0	04:54.5	18.90		4.95	10.20	9.10	30.50
40	12.90	26.60	59.90	02:25.0	04:56.0	19.00	1.54	4.90	10.05	9.00	30.00
39	12.95	26.70	01:00.20	02:26.0	04:57.5	19.10		4.85	9.90	8.90	29.50
38	13.00	26.80	01:00.50	02:27.0	04:59.0	19.20	1.52	4.80	9.75	8.80	29.00
37	13.05	26.90	01:00.80	02:28.0	05:00.5	19.30		4.75	9.60	8.70	28.50
36	13.10	27.00	01:01.10	02:29.0	05:02.0	19.40	1.50	4.70	9.45	8.60	28.00
35	13.15	27.10	01:01.40	02:30.0	05:03.5	19.50		4.65	9.30	8.50	27.50
34	13.20	27.20	01:01.70	02:31.0	05:05.0	19.60	1.48	4.60	9.15	8.40	27.00
33	13.25	27.30	01:02.00	02:32.0	05:06.5	19.70		4.55	9.00	8.30	26.50
32	13.30	27.40	01:02.30	02:33.0	05:08.0	19.80	1.46	4.50	8.85	8.20	26.00
31	13.35	27.50	01:02.60	02:34.0	05:09.5	19.90		4.45	8.70	8.10	25.50
30	13.40	27.60	01:02.90	02:35.0	05:11.0	20.00	1.44	4.40	8.55	8.00	25.00

注：110米栏高0.914米、起点至第一栏13.72米、栏间距9.14米；跳高起跳高度1.42米；跳远起跳板3米；三级跳远起跳板9米；铅球重量5千克；标枪重量600克。

#### 田径（女子）

分值	100米	200米	400米	800米	1500米	100米栏	跳高	跳远	三级跳远	铅球	标枪
70	13.30	28.00	01:05.00	02:35.0	05:30.0	16.80	1.50	5.00	10.50	11.50	31.00
69	13.35	28.10	01:05.20	02:35.5	05:31.0	16.90	1.48	4.95	10.45	11.40	30.50
68	13.40	28.20	01:05.40	02:36.0	05:32.0	17.00		4.90	10.40	11.30	30.00
67	13.45	28.30	01:05.60	02:36.5	05:33.0	17.10	1.46	4.85	10.35	11.20	29.50
66	13.50	28.40	01:05.80	02:37.0	05:34.0	17.20		4.80	10.30	11.10	29.00
65	13.55	28.50	01:06.00	02:37.5	05:35.0	17.30	1.44	4.75	10.25	11.00	28.50
64	13.60	28.60	01:06.20	02:38.0	05:36.0	17.40		4.72	10.20	10.90	28.20
63	13.65	28.70	01:06.40	02:38.5	05:37.0	17.50	1.42	4.69	10.15	10.80	27.90
62	13.70	28.80	01:06.60	02:39.0	05:38.0	17.60		4.66	10.10	10.70	27.60
61	13.75	28.90	01:06.80	02:39.5	05:39.0	17.70	1.40	4.63	10.05	10.60	27.30
60	13.80	29.00	01:07.00	02:40.0	05:40.0	17.80		4.60	10.00	10.50	27.00

59	13.84	29.10	01:07.20	02:40.5	05:41.0	17.90	1.38	4.57	9.95	10.40	26.70
58	13.88	29.20	01:07.40	02:41.0	05:42.0	18.00		4.54	9.90	10.30	26.40
57	13.92	29.30	01:07.60	02:41.5	05:43.0	18.10		4.51	9.85	10.20	26.10
56	13.96	29.40	01:07.80	02:42.0	05:44.0	18.20	1.36	4.48	9.80	10.10	25.80
55	14.00	29.50	01:08.00	02:42.5	05:45.0	18.30		4.45	9.75	10.00	25.50
54	14.04	29.60	01:08.20	02:43.0	05:46.0	18.40		4.42	9.70	9.90	25.20
53	14.08	29.70	01:08.40	02:43.5	05:47.0	18.50	1.34	4.39	9.65	9.80	24.90
52	14.12	29.80	01:08.60	02:44.0	05:48.0	18.60		4.36	9.60	9.70	24.60
51	14.16	29.90	01:08.80	02:44.5	05:49.0	18.70		4.33	9.55	9.60	24.30
50	14.20	30.00	01:09.00	02:45.0	05:50.0	18.80	1.32	4.30	9.50	9.50	24.00
49	14.24	30.10	01:09.20	02:45.5	05:51.0	18.90		4.27	9.45	9.40	23.70
48	14.28	30.20	01:09.50	02:46.0	05:52.0	19.00		4.24	9.40	9.30	23.40
47	14.32	30.30	01:09.80	02:47.0	05:53.0	19.10	1.30	4.21	9.35	9.20	23.10
46	14.36	30.40	01:10.10	02:48.0	05:54.0	19.20		4.18	9.30	9.10	22.80
45	14.40	30.50	01:10.40	02:49.0	05:55.0	19.30		4.15	9.25	9.00	22.50
44	14.44	30.60	01:10.70	02:50.0	05:56.0	19.40	1.28	4.12	9.20	8.90	22.20
43	14.48	30.70	01:11.00	02:51.0	05:57.0	19.50		4.09	9.15	8.80	21.90
42	14.52	30.80	01:11.30	02:52.0	05:58.0	19.60		4.06	9.10	8.70	21.60
41	14.56	30.90	01:11.60	02:53.0	05:59.5	19.70	1.26	4.03	9.05	8.60	21.30
40	14.60	31.00	01:11.90	02:54.0	06:01.0	19.80		4.00	9.00	8.50	21.00
39	14.64	31.10	01:12.20	02:55.0	06:02.5	19.90		3.97	8.95	8.40	20.70
38	14.68	31.20	01:12.50	02:56.0	06:04.0	20.00	1.24	3.94	8.90	8.30	20.40
37	14.72	31.30	01:12.80	02:57.0	06:05.5	20.10		3.91	8.85	8.20	20.10
36	14.76	31.40	01:13.10	02:58.0	06:07.0	20.20		3.88	8.80	8.10	19.80
35	14.80	31.50	01:13.40	02:59.0	06:08.5	20.30		3.85	8.75	8.00	19.50
34	14.84	31.60	01:13.70	03:00.0	06:10.0	20.40	1.22	3.82	8.70	7.90	19.20
33	14.88	31.70	01:14.00	03:01.0	06:11.5	20.50		3.79	8.65	7.80	18.90
32	14.92	31.80	01:14.30	03:02.0	06:13.0	20.60		3.76	8.60	7.70	18.60
31	14.96	31.90	01:14.60	03:03.0	06:14.5	20.70		3.73	8.55	7.60	18.30
30	15.00	32.00	01:14.90	03:04.0	06:16.0	20.80	1.20	3.70	8.50	7.50	18.00

注：100米栏高0.762米、起点至第一栏13米、栏间距8.5米；跳高起跳高度1.20米；跳远起跳板3米；三级跳远起跳板7米；铅球重量3千克；标枪重量600克。

## 篮 球

### 一、考试内容与所占分值

考试内容	专项素质（25分）		专项技术（50分）		实战能力（25分）	附加分（5分）
考试指标	5米三向折回跑	助跑摸高	投篮	多种变向运球上篮	比赛	身高
分值	10分	15分	25分	25分	25分	5分

### 二、考试方法与评分标准

#### （一）专项素质

##### 1. 5米三向折回跑：

（1）场地设置：（见图）场地为一直角的两边和中间角平分角线组成的各长5米、宽5厘米的三向跑道线；起终点均设在直角顶点处（起、终点线均经过A点，其中起点线垂直于AB，终点线垂直于AD）。

在起终点三向跑道的顶端各画一条长 40 厘米、宽 5 厘米的标志线。

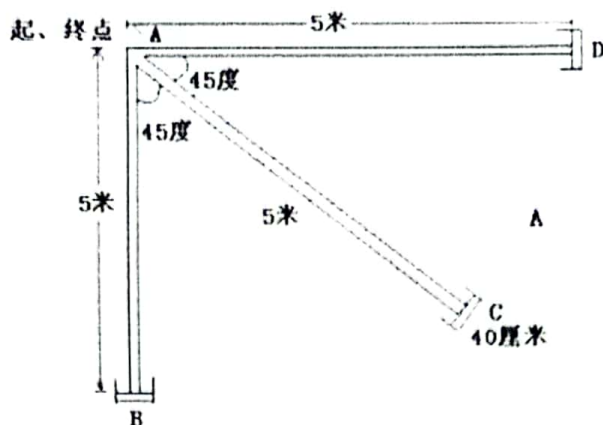


图 1-1 5 米三向折回跑场地设置图

(2) 动作规格：考生从起点以站立姿势起跑，先向右边跑道跑进至顶端，用脚踏标志线后返回原起点；然后向中间跑道跑进至顶端，用脚踏标志线后返回原起点；再向左边跑道跑进至顶端，用脚踏标志线后返回原起点（即终点）。在考试中，手不准撑地。

(3) 考试方法：按动作规格的要求进行测试。每位考生测试两次，取最好成绩。（精确到 0.1 秒，非 0 进 1，如 9.22 秒成绩为 9.3 秒。）

(4) 评分标准：按照评分表 1-1 执行。

表 1-1 5 米三向折回跑评分表

分值	男篮	分值	女篮	分值	男篮	分值	女篮
10	8.1	10	8.8	6.6	9.8	6.6	10.5
9.8	8.2	9.8	8.9	6.4	9.9	6.4	10.6
9.6	8.3	9.6	9	6.2	10	6.2	10.7
9.4	8.4	9.4	9.1	6	10.1	6	10.8
9.2	8.5	9.2	9.2	5.8	10.2	5.8	10.9
9	8.6	9	9.3	5.6	10.3	5.6	11
8.8	8.7	8.8	9.4	5.4	10.4	5.4	11.1
8.6	8.8	8.6	9.5	5.2	10.5	5.2	11.2
8.4	8.9	8.4	9.6	5	10.6	5	11.3
8.2	9	8.2	9.7	4.5	10.7	4.5	11.4
8	9.1	8	9.8	4	10.8	4	11.5
7.8	9.2	7.8	9.9	3.5	10.9	3.5	11.6
7.6	9.3	7.6	10	3	11	3	11.7
7.4	9.4	7.4	10.1	2.5	11.1	2.5	11.8
7.2	9.5	7.2	10.2	2	11.2	2	11.9
7	9.6	7	10.3	1.5	11.3	1.5	12
6.8	9.7	6.8	10.4	1	11.4	1	12.1

## 2. 助跑摸高

(1) 考试方法：助跑起跳摸高，采用电子摸高器或标准摸高器进行测试，以触碰最高点计其成绩，每人测两次，取最好成绩（精确到 1 厘米）。助跑距离和助跑方法不限。

(2) 评分标准：按照评分表 1-2 执行。

表 1-2 助跑摸高评分表



分值	男子成绩 (米)	女子成绩 (米)	分值	男子成绩 (米)	女子成绩 (米)
15.00	3.25	2.80	10.60	3.03	2.57
14.80	3.24	2.79	10.40	3.02	2.56
14.60	3.23	2.78	10.20	3.01	2.55
14.40	3.22	2.77	10.00	3.00	2.54
14.20	3.21	2.76	9.80	2.99	2.53
14.00	3.20	2.75	9.60	2.98	2.52
13.80	3.19	2.74	9.40	2.97	2.51
13.60	3.18	2.72	9.20	2.96	2.50
13.40	3.17	2.71	9.00	2.95	2.49
13.20	3.16	2.70	8.80	2.94	2.48
13.00	3.15	2.69	8.60	2.93	2.47
12.80	3.14	2.68	8.40	2.92	2.46
12.60	3.13	2.67	8.20	2.91	2.45
12.40	3.12	2.66	8.00	2.90	2.44
12.20	3.11	2.65	7.80	2.88	2.43
12.00	3.10	2.64	7.60	2.86	2.42
11.80	3.09	2.63	7.40	2.84	2.41
11.60	3.08	2.62	7.20	2.82	2.40
11.40	3.07	2.61	7.00	2.80	2.38
11.20	3.06	2.60	6.50	2.75	2.36
11.00	3.05	2.59	6.00	2.70	2.34
10.80	3.04	2.58	0	2.69 以下	2.33 以下

## (二) 专项技术

### 1. 投篮

(1) 考试方法：以篮圈中心投影点为中心，男生以 5.5 米（女生以 4.5 米）为半径画弧，考生在弧线外进行 1 分钟自投自抢，投篮方式不限，记投中次数。每人测两次，记其中一次最佳成绩。投篮必须在弧线外，不准踩线或越线，踩线或越线投篮投中无效。抢篮板球后运球至弧线外时不得违例，违例投中无效。

(2) 评分标准：按照评分表 2-1 执行。

表 2-1 投篮评分表

成绩（投中次数）		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
分值	男子	25	22.5	20	17.5	15	12.5	10	7.5	5	2.5
	女子		25	22.5	20	17.5	15	12	9	6	3

### 2. 多种变向运球上篮

(1) 考试方法：考生在球场端线中点站立，面向前场，以考生起起跑开始计时，用右手运球至①处，在①处做背后运球变向，换左手向②处运球，至②处做左手后转身运球变向，换右手运球至③处，右手胯下运球后右手上篮。球中篮后方可用左手运球返回③处，做背后运球，换右手运球至②处做右手后转身运球变向，运球至①处左手胯下运球后左手上篮。球中后做同样动作再重复一次，回到原处停表。篮球场上的标志①、②、③为以 40 厘米为半径的圆圈，①、③到端线的距离为 6 米、到边线的距离为 2 米。②在中线上并到中圈中心距离为 2.8 米。要求考生在考试时必须任意一脚踩到圆圈线或圆圈内地面，方可变向，否则视为无效，不予计分；运球上篮时球须投中，投不进可进行补投，若球不中仍继续带球前进，视为无效，也不予计分。运球后转身时不得持球转身，否则计时加 0.5 秒。原则上考生左右手各上篮两次，若违反规则，错一次追加 0.5 秒。每人测试二次，记其中一次最佳成绩。（具体运球路线如图 2-2）

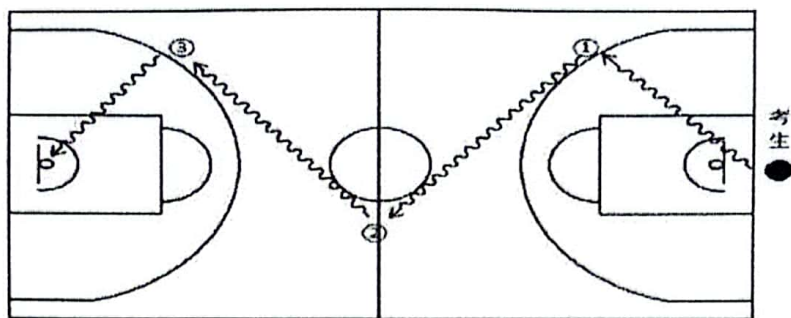


图 2-2 多种变向运球上篮示意图

(2) 评分标准：按照评分表 2-3 执行。

表 2-3 多种变向运球上篮评分表

分值	男子成绩 (秒)	女子成绩 (秒)	分值	男子成绩 (秒)	女子成绩 (秒)	分值	男子成绩 (秒)	女子成绩 (秒)
25.00	42.50	47.50	17.50	50.00	55.00	10.00	57.50	62.50
24.50	43.00	48.00	17.00	50.50	55.50	9.50	58.00	63.00
24.00	43.50	48.50	16.50	51.00	56.00	9.00	58.50	63.50
23.50	44.00	49.00	16.00	51.50	56.50	8.50	59.00	64.00
23.00	44.50	49.50	15.50	52.00	57.00	8.00	59.50	64.50
22.50	45.00	50.00	15.00	52.50	57.50	7.50	60.00	65.00
22.00	45.50	50.50	14.50	53.00	58.00	7.00	61.00	66.50
21.50	46.00	51.00	14.00	53.50	58.50	6.50	62.00	67.50
21.00	46.50	51.50	13.50	54.00	59.00	6.00	63.00	68.50
20.50	47.00	52.00	13.00	54.50	59.50	5.50	64.00	69.50
20.00	47.50	52.50	12.50	55.00	60.00	5.00	65.00	70.50
19.50	48.00	53.00	12.00	55.50	60.50	4.50	66.00	71.00
19.00	48.50	53.50	11.50	56.00	61.00	4.00	67.00	72.00
18.50	49.00	54.00	11.00	56.50	61.50	0	67.00 以上	72.00 以上
18.00	49.50	54.50	10.50	57.00	62.00			

### (三) 实战能力

1、考试方法：按照篮球比赛规则，组织全场或半场比赛，进入实战的考生按报名位置随机抽签分组，当组出现位置空缺时，根据缺位情况由组织方随机指定非初三三年段篮球专业的学生进行补位，补位的学生不参与当组评分。

2、评分标准：考评员按照实战能力评分表（详见评分表 3-1），从动作的正确、协调、连贯程度，技战术运用水平以及配合意识等方面，独立对考生进行综合评定。按百分制打分，所打分数取整数。

表 3-1 实战能力评分表

等级	优	良	中	差
分值	25—21 分	20—18 分	17—15 分	14 分以下
标准	动作正确，协调、连贯、实效；技术运用合理、运用效果好；战术配合意识强、实战效果较好。	动作正确，协调；技术运用较合理、运用效果较好；战术配合意识较强、实战效果较好。	动作基本正确，协调；技术运用基本合理、运用效果一般；战术配合意识一般、效果一般。	动作不正确，不协调；技术动作不合理、运用效果差；战术配合意识较差、效果较差。

(四) 附加分

1、评分标准按照评分表 4-1 执行。

表 4-1 附加分评分表

男子身高	185—187 厘米	188—189 厘米	190—191 厘米	192 厘米及以上
女子身高	173—175 厘米	176—177 厘米	178—179 厘米	180 厘米及以上
附加分	2 分	3 分	4 分	5 分

注：裸足测量，测量时精确到 1 厘米（采用四舍五入法）。

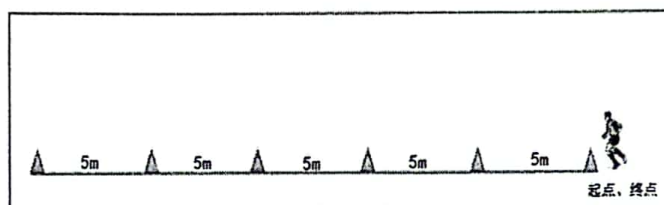
## 足 球

测试对象——非守门员：100 分

### (一) 专项身体素质测试 (30 分)

#### 1. 折返跑 (15 分)

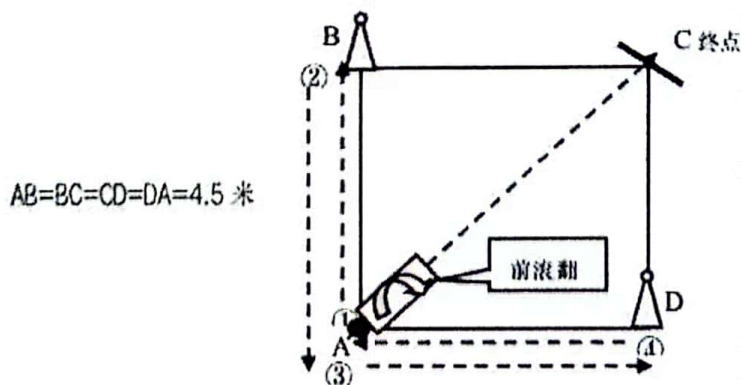
(1) 测试方法：考生从起跑线向场内垂直方向快跑，在跑动中依次用手击倒位于 5 米 10 米、15 米、20 米和 25 米各处的标志物后返回起跑线，要求每击倒一个标志物须立即返回一次，再跑到下一个标志物，以此类推。考生应以站立式起跑，脚动开表计时，完成所有折返距离回到起跑线时停表，记录完成的时间。



(2) 评分方法：测试一次，若未击倒标志物或者没有按照既定路线则没有成绩，视为犯规，允许补测一次，再次犯规，成绩以零分计算。

#### 2. 灵敏性、协调性综合测试 (15 分)

(1) 测试方法：在长 4.5 米，宽 4.5 米的区域内，分设 A、B、C、D、四个点，每条线各点之间的距离（如图）。队员从 A 点出发（人动计时），快速跑至 B 点推倒 B 点的标志桶后，快速跑返回 A 点，经 A 点标志外围，快速跑至 D 点推倒 D 点标志桶后，快速跑返回 A 点，在 ABCD 区域内前滚翻（或单肩前滚翻）后快速冲过 C 点。计时停止。



(2) 评分方法：测试两次，记录最佳成绩。测试中若未推倒所规定的 B、D 点的标志桶；没有经 A 点外围跑动或做前滚翻，视为犯规，成绩以零分计算。

### (二) 基本技术测试 (40 分)

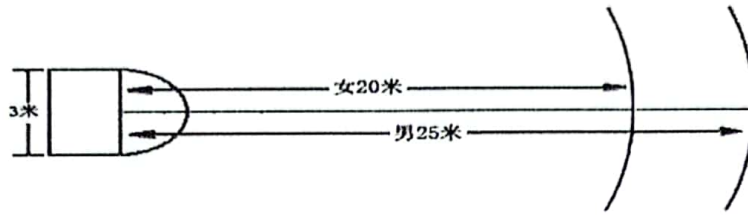
### 1. 颠球 (10分)

(1) 测试方法: 在划定 5 米×5 米区域内。把足球用脚踢起或用手抛起, 进行原地颠球, 球颠出规定区域 (球未落地) 以及脚内侧、大腿连续触球不计次数, 可作为过渡计一次颠球次数。球落地则停止测试, 每次测评时间不超过 1 分钟。

(2) 评分方法: 测评员记录学生颠球次数, 并根据评分标准进行评分, 测试三次, 记录最佳成绩。

### 2. 定位球踢准 (15分)

(1) 测试方法: A、如图所示, 传球目标区域由一个室内五人制足球门 (球门净宽度 3 米, 净高度 2 米) 和以球门线为直径 (3 米) 画的半圆组成; 圆心 (球门线中心点) 至起点线垂直 (男子 25 米、女子 20 米) 距离, 画一个 5 米长的弧为传球起点线。B、考生须将球置于起点线上 (线长 5 米, 宽约 0.1 米), 向目标区域连续传球 8 次, 脚法不限, 考生须在指令发出后 4 分钟内完成, 球第一落点落在目标区域内均为有效。



(2) 评分方法: 以球从起点线踢出后, 从空中落到地面的第一接触点为准。考生每将球传入目标区域的半圆内 (含第一落点落在圆周线上), 或五人制球门 (含球击中球门横梁或立柱弹出) 即为传球有效。考生每人只有一次测试机会, 至多可进行 8 次传球, 5 个有效球即满分。

### 3. 20 米运球绕杆射门 (15分)

(1) 测试方法: 如图所示, 从罚球区线中点垂直向场内延伸至 20 米处, 画一条平行于球门线的横线作为起点线。距罚球区线 2 米处起, 沿 20 米垂线共插置 8 根标志杆。考生将球置于 2 米长的起点线标志杆正后方, 运球依次绕过 8 根标志杆后起脚射门。球动开表计时, 当球从空中或地面越过球门线时停表, 记录完成的时间。

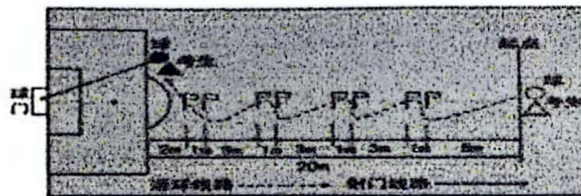


图 34-2 运球过杆射门示意图

(2) 评分方法: 测评员记录其所用时间。两次机会, 取最优成绩。凡出现漏杆、射门偏出球门, 身体未从杆旁绕过而将杆撞倒, 算一次失败, 球击中横梁或立柱弹出或弹回, 可补测一次。如 3 次测试均为失败, 成绩以零分计算。

### 4. 比赛能力测试 (30分):

(1) 比赛形式: 八人制, 5 号球, 比赛时间 20 分钟, 比赛场地和竞赛规则参照国际足联最新审定的《足球竞赛规则》。

(2) 比赛评分: 测评员对测试学生进行比赛评分, 以测评员的平均分作为该学生的最终比赛评分。

评分标准（男子足球：非守门员）

专项身体素质测试（30分）			基本技术测试（40分）			比赛能力（30分）
分值	5×25折返（秒） （15分）	灵敏性、协调性综合测试 （秒）（15分）	分值	原地颠球 （10分）	20米绕杆射门（秒） （15分）	
15	≤33	≤8.00	15		≤8.60	每人至多可进行8次传球，左右脚不限，以第一落点记录成绩，圈内或压线得分，每球3分。5个有效球即满分。测试在4分钟内完成。
14	33.01-33.30	8.01-8.20	14		8.61-8.80	
13	33.31-33.60	8.21-8.40	13		8.81-9.00	
12	33.61-33.80	8.41-8.60	12		9.01-9.30	
11	33.81-34.20	8.61-8.80	11		9.31-9.60	
10	34.21-34.60	8.81-9.00	10	≥60	9.61-9.90	
9	34.61-35.50	9.01-9.20	9	≥50	9.91-10.30	
8	35.51-36.60	9.21-9.40	8	≥40	10.31-10.60	
7	36.61-37.00	9.41-9.60	7	≥35	10.61-10.90	
6	37.01-37.60	9.61-9.80	6	≥30	10.91-11.30	
5	37.61-38.00	9.81-10.00	5	≥25	11.31-11.60	
4	38.01-38.60	10.01-10.20	4	≥20	11.61-12.30	
3	38.61-39.00	10.21-10.40	3	≥15	12.31-12.90	
2	39.01-39.60	10.41-10.60	2	≥10	12.91-13.30	
1	39.61-40.00	10.61-10.80	1	≥5	13.31-14.40	

评分标准（女子足球：非守门员）