

闽清高级中学文件

梅高〔2026〕13号

签发人：许赞锦

闽清高级中学 2026 年体育特长生招生方案

根据福州市教育局《关于福州市 2026 年普通高中（含综合高中班）体育艺术特长生特色班招生工作的通知》（榕教规〔2026〕2号）精神，经研究，我校 2026 年拟招收 20 名体育特长生，具体招生项目及计划数为：田径 10 名（男 7 名女 3 名）、男足 5 名（非守门员 5 名）、男篮 5 名，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：许赞锦

副组长：林宜照、孙 彬、陈国鸿

成 员：刘 文、黄 娟、许学斌、詹龙春、黄 涛、
夏忠彬、黄伟平、黄文生、刘利涛、刘宜镜、
陈巧胜、廖燕清

二、报名

（一）体育报名资格条件：国家二级运动员；在初中阶段参加县（市）区级以上（含县（市）区级）政府、教育行

政部门主办或联办的赛事个人项目、集体项目前六名队员（集体项目需为主力队员）；初中阶段参加省级及以上青少年单项锦标赛获得前六名。（提醒：有中考资格的应届生往届生都可以参加特长生考试。）

以上获奖项目应与特长生报考项目一致。“初中阶段”原则上指的是2023年8月31日至2026年8月31日。

一个考生可报考两所学校（公办普高最多可报一所；综合高中班或民办高中最多可报两所）。六县（市）的考生可在此基础上多报一所面向全市招生的学校。每所学校限报一个专业。

（二）特殊人才申请认定和中招录取办法

（1）体育特殊人才：①初中阶段在省级以上（含省级）政府主办、教育部门主办或联办的体育赛事单项比赛中获得前三名或集体项目（集体项目须为主力队员）获得一等奖（含一等奖）以上的考生；②初中阶段参加省青少年单项锦标赛获得个人项目或集体项目（集体项目需为主力队员）前三名的考生；③初中阶段获得一级运动员以上（含一级运动员）等级证书的考生（等级证书运动项目应与招考项目相对应）。以上三个条件满足其中一个即可。

申请特殊人才应同时满足基本条件和专业测试成绩要求，其中专业测试成绩要求为参加特长生专业测试入围成绩在所报考学校中获得前三名。以上招生条件中要求的“初中阶段”原则上指的是2023年8月31日至2026年8月31日。

（2）特殊人才认定

由考生本人和监护人向招生学校提出申请，经学校初审后报所属教育行政部门审核。县（市）区教育局、市属学校汇总拟认定特殊人才名单，于6月25日前向市教育局提出正式书面申请，经市教育局研究、公示后予以认定、公布。

（3）特殊人才录取办法

特殊人才先根据考生志愿按照特长生（特色班）投档，若录取，则无需使用特殊人才照顾政策；若在特长生（特色班）投档中未被录取，则可启用特殊人才照顾政策。中考成绩降分至当年普高最低投档控制线的70%录取。无等级科目要求，录取学校和项目应与特殊人才认定结果一致。

（三）现场报名材料：随带县市比赛获奖证书原件和复印件或有关证明及报名表，两张2寸本人近照，本人身份证或户口本复印件。

（四）报名具体时间、地点及报名程序：考生须于5月13日前到闽清高级中学教学分管林宜照副校长处面报。考生可报考两所学校（只能报考一所公办学校），每个学校仅选取一个专业；同时报考两所公办学校，报名无效。否则报名结果均视为无效。

三、招生

1. 招生项目及招生人数：招收体育特长生（田径10名（男7名女3名）、男足5名（非守门员5名）、男篮5名）。

2. 中考成绩分数切线、专业测试成绩入围切线要求：

按照《2026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（含综合高中班）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。专业测试入围成绩同分的，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。

3. 领取准考证时间、地点：

时间：2025年5月18日上午

地点：闽清高级中学教务处

四、学校专业测试评分细则、测试时间、地点及要求

具备特长生资格的考生可参加本校组织的专业入围测试。

（一）学校专业测试时间：5月23日（周六）上午8:00。

（二）学校专业测试地点：

田径：闽清高级中学田径场

足球：闽清高级中学足球场

篮球：闽清高级中学篮球场

（三）学校专业测试要求：

1. 田径专业测试要求：

（1）身体素质测试（30分）：50米（10分）、立定跳远（10分）、实心球（10分）

（2）专项素质测试（70分）（考生按性别任选一专项测试）

男生：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

备注：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。

女生：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

备注：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。

2. 篮球专业测试要求

(1) 专项素质(25分)：5米三向折回跑(10分)、助跑摸高(15分)

(2) 专项技术(50分)：投篮(25分)、多种变向运球上篮(25分)

(3) 实战能力(25分)

(4) 附加分(5分)：身高

3. 足球专业测试要求

(1) 非守门员：100分

①专项身体素质(30分)：5×25米折返跑(男)/多向绕杆跑(女)(15分)、灵敏性、协调性综合练习(15分)

②基本技术(40分)：颠球(10分)、定位球踢准(男)/运球转身射门(女)(15分)、20米运球绕杆射门(15分)

③实战能力(30分)

五、学校联系人：林宜照

咨询电话：13600861320、22352476

投诉电话：22352475

学校网址：<http://mqgjzx.ceit.cn/>

邮箱：1072852831@qq.com

六、市教育局监督投诉电话：83379580 (体育类)

闽清县教育局监督投诉电话：22332105

附件：1. 福州市 2025 年普通高中（含综合高中班）体育特长生报名表

2. 体育测试内容及评分标准



闽清高级中学

2026年4月9日

附件 1

福州市 2026 年普通高中（含综合高中班） 体育特长生报名表

招生学校（盖章）：

学籍辅号：

姓名		性 别		出生年月		照片 <small>（报名时毕业 学校加盖骑缝 章）</small>
体育类	（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。一个考生可报考两所学校（公办普高最多可报一所；综合高中班或民办高中最多可报两所）。六县（市）的考生可在此基础上多报一所面向全市招生的改革试点学校。每所学校限报一个专业。

附件 2

体育测试内容及评分标准

田 径

(田径-身体素质测试)

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		
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。											

足 球

一、测试对象——非守门员：100分

（一）专项身体素质测试（30分）：

1、5×25米折返跑（男）；多向绕杆跑（女）（15分）

2、灵敏性、协调性综合练习（15分）

（二）基本技术测试（40分）：

1、颠球（10分）

2、定位球踢准（男）；运球转身射门（女）（15分）

3、20米运球绕杆射门（15分）

（三）比赛能力测试（30分）

二、测试对象——守门员：100分

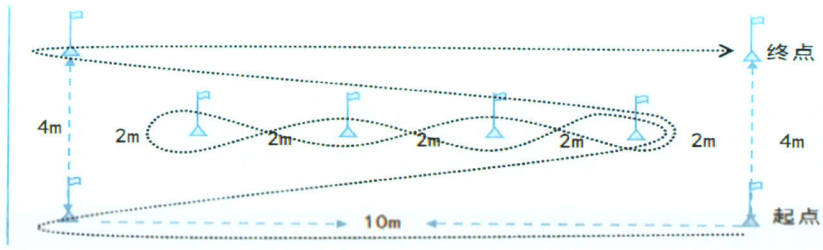
（一）身体专项测试（30分）：

1、立定跳远（15分）

2、灵敏性、协调性综合练习（15分）

(二) 守门员专项技术 (40 分):

1、扑接球技术 (20 分)

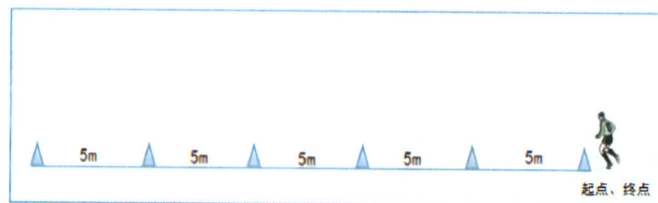


2、掷远和踢远 (20 分)

(三) 比赛能力测试 (30 分)

二、测试对象——非守门员: 100 分

(一) 专项身体素质测试 (30 分)



1、男生: 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、女生: 多向绕杆 (15 分)

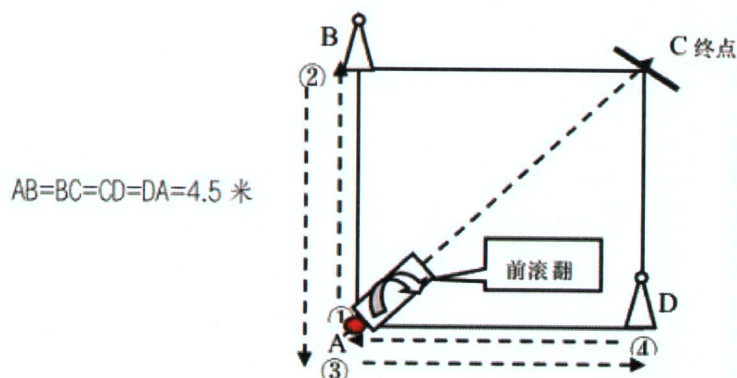
(1) 测试方法: 在平整的人工草或天然草足球场, 划定 15 米×5 米区域。中间标志杆间距 2 米。(图示) 听信号后, 从起始点采用站立式起跑, 按照规定路线, 依次越过各标志杆后冲过终点。

(2) 评分方法: 测试一次, 若漏杆、碰倒杆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。

3. 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)

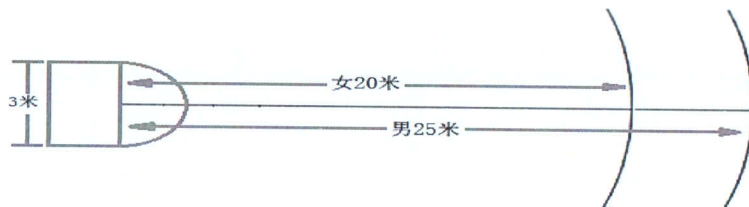
(1) 测试方法：在划定 5 米×5 米区域内。把足球用脚踢起或用手抛起，进行原地颠球，球颠出规定区域（球未落地）以及脚内侧、大腿连续触球不计次数，可作为过渡计一次颠球次数。球落地则停止测试，每次测评时间不超过 1 分钟。

(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、男生定位球踢准 (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、女生运球转身射门 (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（如图所示）。在距离 A/B 线 8 米处设置足球门一个。（如图所示）

第一次测试：队员带球，当球越过起点线 A/B 时开始计时，队员必须带球越过 C/D 线，然后带球返回 A/B 线，之后再返回 C/D 线，最后带球越过 A/B 线时用脚把球踩停，计时停止。

第二次测试：队员带球，当球越过起点线 A/B 时开始计时，队员必须带球越过 C/D 线，然后带球返回 A/B 线，之后再返回 C/D 线，在 ABCD 区域内完成射门。球越过球门线（或底线）停表。射进球门两侧标志内（含门柱）得 2 分，射进球门中间标志内或射中标志以 1 分计算。队员两次测试，考生均需完成三个不同的转身动作（如内侧扣、外侧扣、拉球转身），左右脚不限。

(2) 评分方法：第一次测试和第二次测试连续进行，两次成绩相加为一组成绩，射门分数另计入总分。

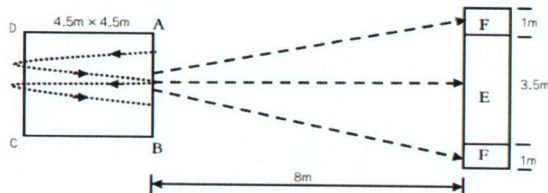
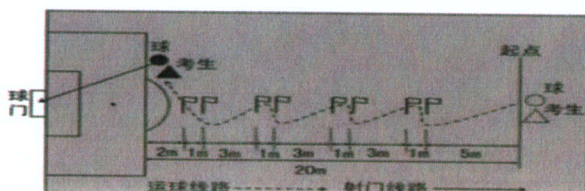


图 11“带球转身射门”图示

每人测试两组，取最好一组成绩。如两组测试均犯规或失败，则该项测试成绩以零分计算。射门分数可取两组中有效成绩的最高分计入总分。

4、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。

(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。

5、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。

二、测试对象——守门员：100 分

(一) 立定跳远（15 分）

1、测试方法：考生在起跳线后起跳，两脚自然开立，静止起跳，不允许踩线，起跳时不允许助跑、垫跳。

2、评分方法：测试共进行两次，记录两次中最佳成绩为最终成绩。两次犯规者，可再补跳一次。（注：如在跳后落地时没站稳，出现向后退，退至什么地方站稳时，成绩应算站稳后的成绩。）

(二) 灵敏性、协调性综合练习（15 分）参考非守门员项目

(三) 扑接球（20 分）

1、测试方法：考生在 11 人制球门前，扑接 10 个以上来自罚球区线外射中球门的有效射门球（其中包含地滚球、半高球、高球以及需要倒地扑救的球）。

2、评分方法：测评员依据扑接球评分标准对学生进行评分，以测评员的平均分作为该学生的最终评分。

(四) 掷远与踢远（20 分）

1、测试方法：在球场适当位置画一条 20 米线段为测试区横宽，从横线两端分别垂直向场内画两条 80 米以上平行直线为测试区纵长，并标出距离数。先将球以单手掷远 2 次（允许戴手套进行），然后用脚踢远 2 次（采用踢凌空球、反弹球、定位球等方法不限）。考生需在指令发出后 3 分钟内完成测试。

2、评分方法：各取手抛球和脚踢球其中最好一次成绩相加为考生最后成绩。每次掷、踢球的落点必须在测试区横宽以内，否则不计成绩。

(五) 比赛能力测试（30 分）：

进行 8V8 比赛，在比赛中对守门员比赛能力进行评定。参考非守门员

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）

评分标准（足球：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	多向绕杆（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	≤16.4	≤8.40	15		≤9.60	进球得分 1 或 2 分
14	16.41-16.80	8.41-8.60	14		9.61-9.80	
13	16.81-17.30	8.61-8.80	13		9.81-10.00	16.01-16.30
12	17.31-17.80	8.81-9.00	12		10.01-10.30	16.31-16.60
11	17.81-18.50	9.01-9.20	11		10.31-10.60	16.61-16.90
10	18.51-19.20	9.21-9.40	10	≥45	10.61-10.90	16.91-17.20
9	19.21-20.00	9.41-9.60	9	≥40	10.91-11.30	17.21-17.50
8	20.01-20.80	9.61-9.80	8	≥35	11.31-11.60	17.51-17.80
7	20.81-21.70	9.81-10.00	7	≥30	11.61-11.90	17.81-18.10
6	21.71-22.60	10.01-10.20	6	≥25	11.91-12.30	18.11-18.40
5	22.61-23.50	10.21-10.40	5	≥20	12.31-12.60	18.41-18.70
4	23.51-24.00	10.41-10.60	4	≥15	12.61-13.30	18.71-19.00
3	24.01-24.50	10.61-10.80	3	≥10	13.31-13.90	19.01-19.30
2	24.51-25.00	10.81-11.00	2	≥5	13.91-14.30	19.31-19.60
1	25.01-25.50	11.01-11.20	1	≥3	14.31-15.40	19.61-19.90

分优秀、良好、及格、不及格四个等级，对考生比赛能力进行评定，针对学生技术运用、战术意识、比赛作风等方面进行评价。
 优秀：25—30分
 良好：19—24分
 及格：13—18分
 不及格：12分以下

专项身体素质测试 (30分)		基本技术测试 (40分)						比赛能力 (30分)	
		立定跳远 (米) (15分)		灵敏性、协调性综合测试 (秒) (15分)		掷远和踢远 (米) (20分)			接球、扑球技术 (20分)
		男	女	男	女	男	女		
分值						分	值		
15	≤2.50	≤2.20	≤8.00	≤8.40	≤80.00	≤60.00	20	考生在11人制球门前,扑接10个以上来自罚球区线外射门球的有效射门球(其中包含地滚球、半高球、高球以及需要倒地扑救的球)。由考生应对评委的手抛球和射门,根据不同角度、不同力量、不同方向的来球,考生进行接球和扑球。评委根据考生的准备姿势、手型、接扑球技术动作、反应能力对考生进行技术评定。 优秀:25—30分 良好:19—24分 及格:13—18分 不及格:12分以下	
14	2.46-2.49	2.16-2.19	8.01-8.20	8.41-8.60	77.50	57.50	19		
13	2.41-2.45	2.11-2.15	8.21-8.40	8.61-8.80	75.00	55.00	18		
12	2.36-2.40	2.06-2.10	8.41-8.60	8.81-9.00	72.50	52.50	17		
11	2.31-2.35	2.01-2.05	8.61-8.80	9.01-9.20	70.00	50.00	16		
10	2.26-2.30	1.96-2.00	8.81-9.00	9.21-9.40	67.50	47.50	15		
9	2.23-2.25	1.93-1.95	9.01-9.20	9.41-9.60	65.00	45.00	14		
8	2.20-2.22	1.90-1.92	9.21-9.40	9.61-9.80	62.50	42.50	13		
7	2.17-2.19	1.87-1.89	9.41-9.60	9.81-10.00	60.00	40.00	12		
6	2.14-2.16	1.84-1.86	9.61-9.80	10.01-10.20	57.50	39	11		
5	2.11-2.13	1.81-1.83	9.81-10.00	10.21-10.40	55.00	38	10		
4	2.08-2.10	1.78-1.80	10.01-10.20	10.41-10.60	52.50	37	9		
3	2.05-2.07	1.74-1.78	10.21-10.40	10.61-10.80	50.00	36	8		
2	2.01-2.04	1.71-1.73	10.41-10.60	10.81-11.00	49.00	35	7		
1	1.90-2.00	1.60-1.70	10.61-10.80	11.01-11.20	48.00	34	6		
					47.00	33	5		
							0		

备注:掷远和踢远限定20米宽度范围内,超过范围成绩无效。每人每项测试2次,取两项最好成绩相加计分,测试在3分钟内完成。

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

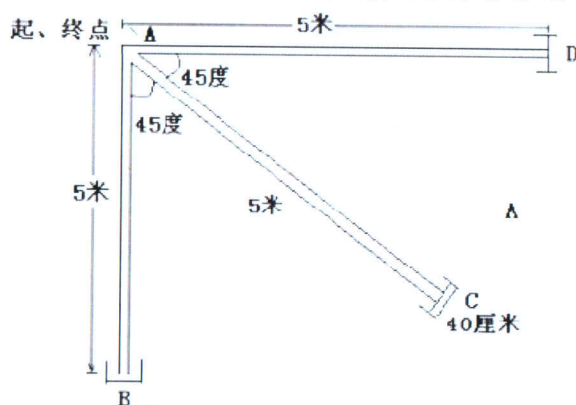
二、考试方法与评分标准

(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



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。篮球场地上的标志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。

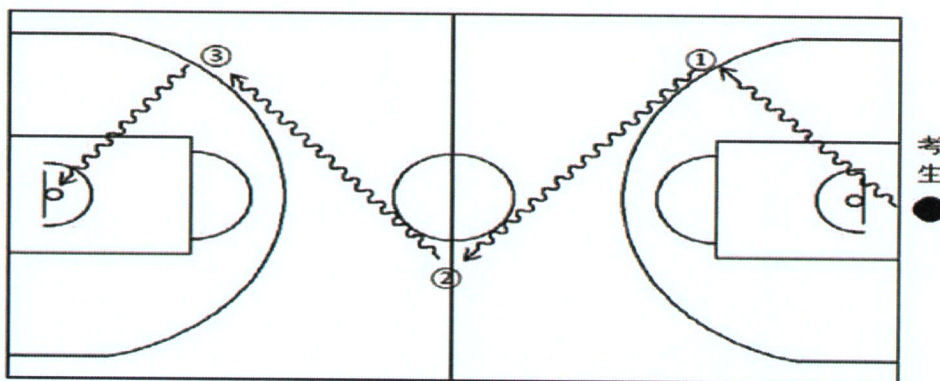


表 2-3 多种变向运球上篮评分表

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阶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）。