



淮南師範學院

淮南师范学院2024年对口招生考试

体
育
类
专
业
技
能
测
试
纲
要

教务处（招生办）制

目 录

篮 球	1
排 球	5
拳 击	9
田 径	17
体育舞蹈	29
乒乓球	33

篮 球

一、测试指标与所占分值

类别	专项素质			专项技能
测试指标	助跑摸高	投篮	多种变向 运球上篮	实战
分值	100 分	100 分	100 分	150 分

二、测试方法与评分标准

(一) 专项素质(300分)

1. 助跑摸高(100分)

(1) 测试方法：助跑起跳摸高，摸最高点计其成绩，每人测 2 次，计其中 1 次最佳成绩（精确到厘米）。助跑距离和助跑方法不限。

(2) 评分标准(表 1)

表 1 助跑摸高评分表

分值	成绩（米）	分值	成绩（米）	分值	成绩（米）
	男		男		男
100	3.40	76	3.16	52	2.92
99	3.39	75	3.15	51	2.91
98	3.38	74	3.14	50	2.90
97	3.37	73	3.13	49	2.89
96	3.36	72	3.12	48	2.88
95	3.35	71	3.11	47	2.87
94	3.34	70	3.10	46	2.86
93	3.33	69	3.09	45	2.85
92	3.32	68	3.08	44	2.84
91	3.31	67	3.07	43	2.83
90	3.30	66	3.06	42	2.82
89	3.29	65	3.05	41	2.81
88	3.28	64	3.04	40	2.80
87	3.27	63	3.03	39	2.79
86	3.26	62	3.02	38	2.78

85	3.25	61	3.01	37	2.77
84	3.24	60	3.00	36	2.76
83	3.23	59	2.99	35	2.75
82	3.22	58	2.98	34	2.74
81	3.21	57	2.97	33	2.73
80	3.20	56	2.96	32	2.72
79	3.19	55	2.95	31	2.71
78	3.18	54	2.94	30	2.70
77	3.17	53	2.93	0	2.70 以下

2. 投篮(100分)

(1) **测试方法:** 以篮圈中心投影点为中心, 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2次, 记其中1次最佳成绩。投篮必须在弧线外, 不准踩线, 踩线投篮投中无效。

(2) 评分标准(表2)

表2 投篮评分表

男成绩(个)	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
分值	100	90	80	70	60	50	40	30	20	10

3. 多种变向运球上篮(100分)

(1) **测试方法:** 考生在球场端线中点站立, 面向前场, 用右手运球至①处, 以考生起动跑开始计时, 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, 右手跨下运球后右手上篮。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处左手跨下运球后左手上篮。球中后做同样动作再重复一次, 回到原处停表。(如图1所示) 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在中线上位于①③异侧, 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2次, 若违反规则, 错1次追加0.5秒。每人测试2次, 取其中1次最佳成绩。

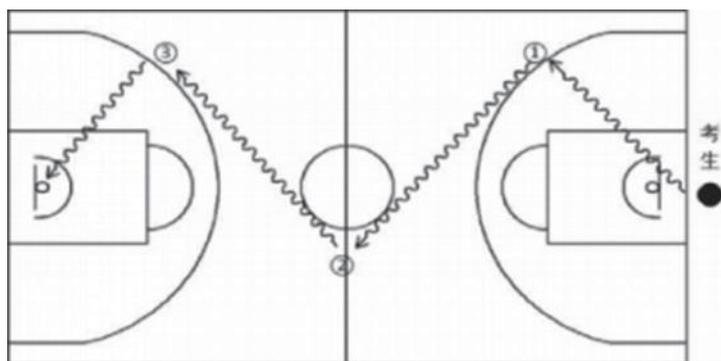


图 1 多种变向运球上篮示意图

(2) 评分标准 (表 3)

表 3 多种变向运球上篮评分

分值	成绩 (秒)	分值	成绩 (秒)	分值	成绩 (秒)
	男		男		男
100	35.00	80	45.00	60	62.00
99	35.50	79	45.50	59	63.00
98	36.00	78	46.00	58	64.00
97	36.50	77	46.50	57	65.00
96	37.00	76	47.00	56	66.00
95	37.50	75	47.50	55	67.00
94	38.00	74	48.00	54	68.00
93	38.50	73	49.00	53	69.00
92	39.00	72	50.00	52	70.00
91	39.50	71	51.00	51	71.00
90	40.00	70	52.00	50	72.00
89	40.50	69	53.00	49	73.00
88	41.00	68	54.00	48	74.00
87	41.50	67	55.00	47	75.00
86	42.00	66	56.00	46	76.00
85	42.50	65	57.00	45	77.00
84	43.00	64	58.00	44	78.00
83	43.50	63	59.00	43	79.00
82	44.00	62	60.00	42	80.00
81	44.50	61	61.00	41	81.00 以下

(二) 专项技能 (150 分)

测试内容: 实战

(1) 测试方法: 实战比赛, 按照篮球比赛规则, 视考试人数分组进行比赛。

(2) 评分标准: 考评员参照实战评分表 (表 4)

表 4 篮球专项技能评分表

等级	优	良	中	差
分值	150-129 分	128—114 分	113—90 分	90 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；战术配合意识差、效果较差。

排球

一、测试指标与所占分值

类别	专项素质			专项技能
测试指标	助跑摸高	上手发球	4号位扣球	实战
分值	100分	100分	100分	150分

二、测试方法与评分标准

(一) 专项素质

1. 助跑摸高 (100分)

(1) 测试方法：考生助跑起跳摸高，摸最高点计其成绩，每人测试2次，计其中1次最佳成绩（精确到厘米）。助跑距离和助跑方法不限。

(2) 评分标准：见表1。

表1 排球 助跑摸高评分表（女子）

分值	成绩(米)	分值	成绩(米)	分值	成绩(米)
100	2.95	76	2.71	52	2.47
99	2.94	75	2.70	51	2.46
98	2.93	74	2.69	50	2.45
97	2.92	73	2.68	49	2.44
96	2.91	72	2.67	48	2.43
95	2.90	71	2.66	47	2.42
94	2.89	70	2.65	46	2.41
93	2.88	69	2.64	45	2.40
92	2.87	68	2.63	44	2.39
91	2.86	67	2.62	43	2.38
90	2.85	66	2.61	42	2.37
89	2.84	65	2.60	41	2.36
88	2.83	64	2.59	40	2.35
87	2.82	63	2.58	39	2.34
86	2.81	62	2.57	38	2.33
85	2.80	61	2.56	37	2.32
84	2.79	60	2.55	36	2.31
83	2.78	59	2.54	35	2.30
82	2.77	58	2.53	34	2.29
81	2.76	57	2.52	33	2.28
80	2.75	56	2.51	32	2.27

79	2.74	55	2.50	31	2.26
78	2.73	54	2.49	30	2.25
77	2.72	53	2.48	0	2.25 以下

2. 上手发球（100 分）

（1）**测试方法：**考生持球在端线后固定区域，每人连续发球 10 次。要求发球有速度、有力量、效果好，每个球考生需提前告知考评员落点区域，落点在对方后场区指定的 6 个区域内有效（每个区域为长 2 米，宽 3 米），记录成功发球总次数。球体任何部位的垂直面搭线即可判定界内。每人测试 1 次。

（2）**评分标准：**发球到指定区域成功一次得 10 分，发球飞行速度慢、力量小酌情扣分；发球成功但未发至指定区域内得 7 分，发球飞行速度慢、力量小酌情扣分；发球失误无分。见图 1。

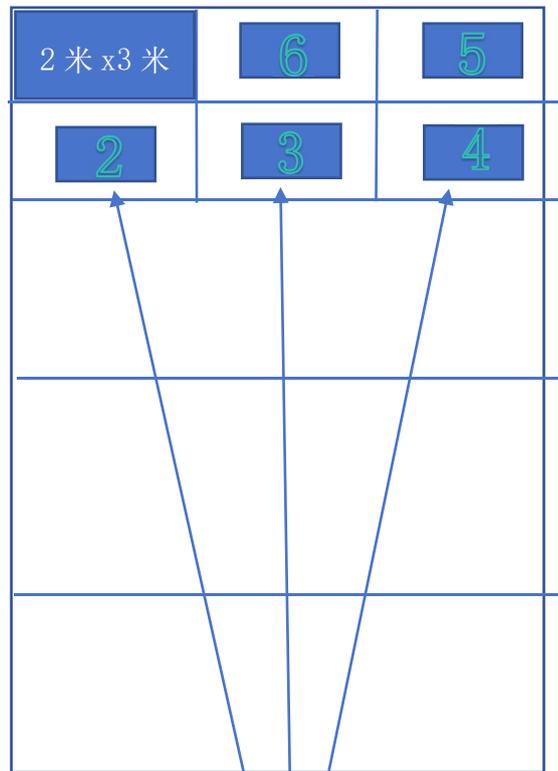


图 1 上手发球示意图

3. 4 号位扣球（100 分）

（1）**测试方法：**考生自己选定扣球位置。由考评员或考生（二传）在 3 号位传球，考生在 4 号位上手传球给二传后助跑起跳扣球。每个考生连续扣 5 次直线（小直线为半场边线以内 1.5 米纵向区域，大直线是小直线以内 1.5 米纵向区域），再连续扣 5 次斜线（大斜线为半场对角线到边线 4.5 米斜线区域，小斜线

位于边线 4.5 米斜线到球网区域），共扣球 10 次。网高为正式排球比赛标准网高。每人测试 1 次。见图 2。

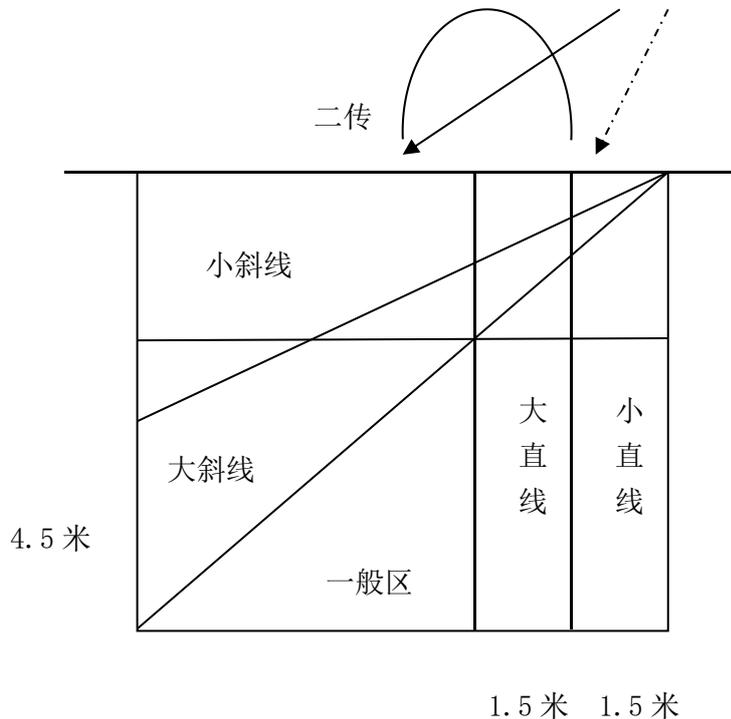


图 2 四号位扣球示意图

(2) 评分标准:

a. 直线扣球评分：①落点在 1.5 米小直线区内，有一定力量，10 分；②落点在 1.5 米大直线区内，有一定力量，8 分；③落点在场内直线区以外的其它区域，有一定力量，6 分；④扣球失误或吊球无鞭打动作，0 分。

b. 斜线扣球评分：①落点在小斜线区内，有一定力量，10 分；②落点在大斜线区内，有一定力量，8 分；③落点在场内斜线区以外的其它区域，有一定力量，6 分；④扣球失误或吊球无鞭打动作，0 分。

备注：扣球或发球速度慢、力量小按评分标准的 30% 内酌情扣分。吊球或扣球无鞭打动作为 0 分。

(二) 专项技能——实战（150 分）

通过分组比赛实战对考生的技术动作规范、协调程度，战术意识以及个人实战能力等方面进行综合评定。

(1) **测试方法：**视考生人数分队进行比赛（或由考评员向一边抛球进行）。设考评员五名，负责在进行专项技能考试的过程中对每一名考生进行打分。考生的最终成绩按照去除最高分与最低分，其余三名教师成绩的平均值的办法进行。

(2) **评分标准：**考评员参照实战评分表，独立对考生的技术动作规范、协调程度，运用效果，战术意识以及个人实战能力等方面进行综合评定，按 150 分制打分。见表 2。

表 2 实战评分表

等级	优	良	中	差
分值	150—129 分	128—114 分	113—90 分	90 分以下
标准	各技术动作规范协调，运用效果良好；战术意识及个人实战能力很强。	各技术动作较规范协调，运用效果良好；战术意识及个人实战能力较强。	各技术动作规范程度、协调性及运用效果一般；战术意识及个人实战能力一般。	各技术动作规范程度、协调性及运用效果较差；战术意识及个人实战能力较差。

拳 击

一、考核指标与所占分值

类别	专项素质			专项技能
考核指标	800米	跳绳	组合拳	实战
分值	100分	100分	100分	150分

二、测试方法与评分标准

(一)专项素质

1. 800米

(1)测试方法：考生采用站立式，不分道起跑，在不妨碍里道考生的情况下，起跑后便可切入里道，推挤他人的考生将被取消该项比赛资格；第一次起跑犯规的考生将给予警告，再次起跑犯规的考生均将被取消该项比赛资格。其他未尽事宜将参照田径竞赛规则执行。考生可穿钉鞋。每人测试1次，成绩计取到百分位，计取成绩采用手计时，由三名考评员计取成绩，所计成绩的中间值或相同值为最终成绩。

(2)评分标准：按照800米体重分级系数(表1)，将计取成绩换算成得分(表2)后与考生体重级别对应系数相乘，即为最后成绩，最高100分。

表1 拳击800米体重分级系数

体重分级系数	体 重	
	男	女
1.0	90kg(含)以下	65kg(含)以下
1.2	90.1kg-100kg(含)	65.1kg-70kg(含)
1.4	100kg以上	70kg以上

表2 拳击800米评分表

分值	成绩		分值	成绩		分值	成绩	
	男	女		男	女		男	女

100	2' 20" 以 内 (含)	2' 42" 以 内 (含)	72	2' 48"	3' 10"	44	3' 16"	3' 38"
99	2' 21"	2' 43"	71	2' 49"	3' 11"	43	3' 17"	3' 39"
98	2' 22"	2' 44"	70	2' 50"	3' 12"	42	3' 18"	3' 40"
97	2' 23"	2' 45"	69	2' 51"	3' 13"	41	3' 19"	3' 41"
96	2' 24"	2' 46"	68	2' 52"	3' 14"	40	3' 20"	3' 42"
95	2' 25"	2' 47"	67	2' 53"	3' 15"	39	3' 21"	3' 43"
94	2' 26"	2' 48"	66	2' 54"	3' 16"	38	3' 22"	3' 44"
93	2' 27"	2' 49"	65	2' 55"	3' 17"	37	3' 23"	3' 45"
92	2' 28"	2' 50"	64	2' 56"	3' 18"	36	3' 24"	3' 46"
91	2' 29"	2' 51"	63	2' 57"	3' 19"	35	3' 25"	3' 47"
90	2' 30"	2' 52"	62	2' 58"	3' 20"	34	3' 26"	3' 48"
89	2' 31"	2' 53"	61	2' 59"	3' 21"	33	3' 27"	3' 49"
88	2' 32"	2' 54"	60	3' 00"	3' 22"	32	3' 28"	3' 50"
87	2' 33"	2' 55"	59	3' 01"	3' 23"	31	3' 29"	3' 51"
86	2' 34"	2' 56"	58	3' 02"	3' 24"	30	3' 30"	3' 52"
85	2' 35"	2' 57"	57	3' 03"	3' 25"	29	3' 31"	3' 53"
84	2' 36"	2' 58"	56	3' 04"	3' 26"	28	3' 32"	3' 54"
83	2' 37"	2' 59"	55	3' 05"	3' 27"	27	3' 33"	3' 55"
82	2' 38"	3' 00"	54	3' 06"	3' 28"	26	3' 34"	3' 56"
81	2' 39"	3' 01"	53	3' 07"	3' 29"	25	3' 35"	3' 57"
80	2' 40"	3' 02"	52	3' 08"	3' 30"	24	3' 36"	3' 58"
79	2' 41"	3' 03"	51	3' 09"	3' 31"	23	3' 37"	3' 59"
78	2' 42"	3' 04"	50	3' 10"	3' 32"	22	3' 38"	4' 00"
77	2' 43"	3' 05"	49	3' 11"	3' 33"	21	3' 39"	4' 01"
76	2' 44"	3' 06"	48	3' 12"	3' 34"	20	3' 40"	4' 02"
75	2' 45"	3' 07"	47	3' 13"	3' 35"	19	3' 41"	4' 03"
74	2' 46"	3' 08"	46	3' 14"	3' 36"	18	3' 42"	4' 04"
73	2' 47"	3' 09"	45	3' 15"	3' 37"	17	3' 43"	4' 05"

续表 2

16	3' 44"	4' 06"	10	3' 50"	4' 12"	4	3' 56"	4' 18"
15	3' 45"	4' 07"	9	3' 51"	4' 13"	3	3' 57"	4' 19"
14	3' 46"	4' 08"	8	3' 52"	4' 14"	2	3' 58"	4' 20"
13	3' 47"	4' 09"	7	3' 53"	4' 15"	1	3' 59"	4' 21"
12	3' 48"	4' 10"	6	3' 54"	4' 16"	0	4' 以上 (含)	4' 22" 以上 (含)
11	3' 49"	4' 11"	5	3' 55"	4' 17"			

2. 跳绳

(1)测试方法：考生连续进行单摇跳绳，对其在规定时间内完成的跳绳次数进行计数：男子测试时间为3分钟，女子为2分钟。

(2)评分标准：见表3、表4。

表 3 单摇跳绳评分表(男)

分值	成绩 (单位：个)	分值	成绩 (单位：个)	分值	成绩 (单位：个)	分值	成绩 (单位：个)
100	550 以上(含)	74	472-474	48	394-396	22	316-318
99	547-549	73	469-471	47	391-393	21	313-315
98	544-546	72	466-468	46	388-390	20	310-312
97	541-543	71	463-465	45	385-387	19	307-309
96	538-540	70	460-462	44	382-384	18	304-306
95	535-537	69	457-459	43	379-381	17	301-303
94	532-534	68	454-456	42	376-378	16	298-300
93	529-531	67	451-453	41	373-375	15	295-297
92	526-528	66	448-450	40	370-372	14	292-294
91	523-525	65	445-447	39	367-369	13	289-291
90	520-522	64	442-444	38	364-366	12	286-288
89	517-519	63	439-441	37	361-363	11	283-285
88	514-516	62	436-438	36	358-360	10	280-282
87	511-513	61	433-435	35	355-357	9	277-279
86	508-510	60	430-432	34	352-354	8	274-276
85	505-507	59	427-429	33	349-351	7	271-273
84	502-504	58	424-426	32	346-348	6	268-270

83	499-501	57	421-423	31	343-345	5	265-267
82	496-498	56	418-420	30	340-342	4	262-264
81	493-495	55	415-417	29	337-339	3	259-261
80	490-492	54	412-414	28	334-336	2	256-258
79	487-489	53	409-411	27	331-333	1	253-255
78	484-486	52	406-408	26	328-330	0	253 以下
77	481-483	51	403-405	25	325-327		
76	478-480	50	400-402	24	322-324		
75	475-477	49	397-399	23	319-321		

表 4 单摇跳绳评分表(女)

分值	成绩 (单位: 个)	分值	成绩 (单位: 个)	分值	成绩 (单位: 个)	分值	成绩 (单位: 个)
100	350 以上(含)	74	272-274	48	194-196	22	116-118
99	347-349	73	269-271	47	191-193	21	113-115
98	344-346	72	266-268	46	188-190	20	110-112
97	341-343	71	263-265	45	185-187	19	107-109
96	338-340	70	260-262	44	182-184	18	104-106
95	335-337	69	257-259	43	179-181	17	101-103
94	332-334	68	254-256	42	176-178	16	98-100
93	329-331	67	251-253	41	173-175	15	95-97
92	326-328	66	248-250	40	170-172	14	92-94
91	323-325	65	245-247	39	167-169	13	89-91
90	320-322	64	242-244	38	164-166	12	86-88
89	317-319	63	239-241	37	161-163	11	83-85
88	314-316	62	236-238	36	158-160	10	80-82
87	311-313	61	233-235	35	155-157	9	77-79
86	308-310	60	230-232	34	152-154	8	74-76
85	305-307	59	227-229	33	149-151	7	71-73
84	302-304	58	224-226	32	146-148	6	68-70
83	299-301	57	221-223	31	143-145	5	65-67
82	296-298	56	218-220	30	140-142	4	62-64
81	293-295	55	215-217	29	137-139	3	59-61
80	290-292	54	212-214	28	134-136	2	56-58

79	287-289	53	209-211	27	131-133	1	53-55
78	284-286	52	206-208	26	128-130	0	53 以下
77	281-283	51	203-205	25	125-127		
76	278-280	50	200-202	24	122-124		
75	275-277	49	197-199	23	119-121		

3. 组合拳

(1)测试方法：考生从下列备选的 10 组组合拳(表 5)中抽选 2 组，选择其中 2 组进行考试。考生对考评员指定的沙包进行击打，时间为 1 分钟。要求考生击打沙包时技术动作规范、协调、节奏感强，出拳准确有力，每击打一组后需后撤一步再进行下一组击打，符合考试要求的拳法组合，方被视为有效。对考生在规定时间内完成的有效组数进行计数，无效拳法组合不予计数。

(2)评分标准：见表 6、表 7。

表 5 拳击组合拳列表

序号	组合拳	序号	组合拳
1	前直 + 后直 + 前直 + 后勾 + 前摆	6	后直 + 前直 + 后直 + 前摆 + 后摆
2	前直 + 后直 + 前直 + 后勾 + 前勾	7	后直 + 前直 + 后直 + 前勾 + 后勾
3	前直 + 后直 + 前直 + 后摆 + 前勾	8	后直 + 前直 + 后直 + 前摆 + 后勾
4	前直 + 后直 + 前直 + 后摆 + 前摆	9	后直 + 前直 + 后直 + 前勾 + 后摆
5	前直 + 后直 + 前摆 + 后直 + 前直	10	后直 + 前直 + 前摆 + 后勾 + 前摆

表 6 组合拳评分表(男)

分值	49-53.9 公斤	54-59.9 公斤	60-69.9 公斤	70-79.9 公斤	80-89.9 公斤	>90 公斤
100	70	68	66	64	62	60
95	68-69	66-67	64-65	62-63	60-61	58-59
90	66-67	64-65	62-63	60-61	58-59	56-57
85	64-65	62-63	60-61	58-59	56-57	54-55
80	62-63	60-61	58-59	56-57	54-55	52-53
75	60-61	58-59	56-57	54-55	52-53	50-51
70	58-59	56-57	54-55	52-53	50-51	48-49

65	56-57	54-55	52-53	50-51	48-49	46-47
60	54-55	52-53	50-51	48-49	46-47	44-45
55	52-53	50-51	48-49	46-47	44-45	42-43
50	50-51	48-49	46-47	44-45	42-43	40-41
45	48-49	46-47	44-45	42-43	40-41	38-39
40	46-47	44-45	42-43	40-41	38-39	36-37
35	44-45	42-43	40-41	38-39	36-37	34-35
30	42-43	40-41	38-39	36-37	34-35	32-33
25	40-41	38-39	36-37	34-35	32-33	30-31
20	38-39	36-37	34-35	32-33	30-31	28-29
15	36-37	34-35	32-33	30-31	28-29	26-27
10	34-35	32-33	30-31	28-29	26-27	24-25
5	32-33	30-31	28-29	26-27	24-25	22-23
0	32 以下	30 以下	28 以下	26 以下	24 以下	22 以下

表 7 组合拳评分表(女)

分值	48-53.9 公斤	54-59.9 公斤	60-68.9 公斤	69-74.9 公斤	75-80.9 公斤	>81 公斤
100	60	58	56	54	52	50
95	58-59	56-57	54-55	52-53	50-51	48-49
90	56-57	54-55	52-53	50-51	48-49	46-47
85	54-55	52-53	50-51	48-49	46-47	44-45
80	52-53	50-51	48-49	46-47	44-45	42-43
75	50-51	48-49	46-47	44-45	42-43	40-41
70	48-49	46-47	44-45	42-43	40-41	38-39
65	46-47	44-45	42-43	40-41	38-39	36-37
60	44-45	42-43	40-41	38-39	36-37	34-35
55	42-43	40-41	38-39	36-37	34-35	32-33
50	40-41	38-39	36-37	34-35	32-33	30-31
45	38-39	36-37	34-35	32-33	30-31	28-29
40	36-37	34-35	32-33	30-31	28-29	26-27
35	34-35	32-33	30-31	28-29	26-27	24-25

30	32-33	30-31	28-29	26-27	24-25	22-23
25	30-31	28-29	26-27	24-25	22-23	20-21
20	28-29	26-27	24-25	22-23	20-21	18-19
15	26-27	24-25	22-23	20-21	18-19	16-17
10	24-25	22-23	20-21	18-19	16-17	14-15
5	22-23	20-21	18-19	16-17	14-15	12-13
0	22 以下	20 以下	18 以下	16 以下	14 以下	12 以下

(二) 专项技能

1. 测试内容及分值

实战（150分）。

2. 测试方法：体重分级按照中国拳击协会审定的竞赛规则执行(表8)，按考生相邻体重随机配对进行实战，配对的考生体重一般相差不超过2kg(特殊情况除外)。配对考生在指定场地上进行实战，男子实战时间为3分钟，1个回合，女子实战时间为2分钟，1个回合。若双方实力悬殊，为保护考生安全，考评员可提前终止实战。

表8 拳击实战体重分表

男子	49公斤级	52公斤级	56公斤级	60公斤级	64公斤级	69公斤级	75公斤级	81公斤级	91公斤级	+91公斤级
女子	48公斤级	51公斤级	54公斤级	57公斤级	60公斤级	64公斤级	69公斤级	75公斤级	81公斤级	+81公斤级

3. 评分标准：考评员参照拳击实战能力评分细则(表9)，独立对考生的技术运用、战术运用、临场应变、得分意识、防守反击、动作速度方面进行综合评定。

表9 拳击实战能力评分细则

等级 (分值范围)	评价标准
优 (150分-129分)	进攻积极主动，防守动作到位，反击快速、及时，速度快，击打目标明确，击打点清晰、准确、有力度，技术正确、熟练、协调、规范，攻、防、反击意识明确，战术运用恰当、应变能力强、假动作运用多，勇猛顽强。

<p style="text-align: center;">良 (128分-114分)</p>	<p>进攻积极主动，防守动作到位，反击快速、及时，速度快，击打目标较明确，击打点较清晰、准确、有力度，技术较正确、熟练、协调、规范，攻、防、反击意识较明确，战术运用较恰当、应变能力较强、假动作运用较多，较勇猛顽强。</p>
<p style="text-align: center;">中 (113分-90分)</p>	<p>有主动进攻，防守动作基本到位，有反击，速度稍慢，击打目标基本明确，击打点基本清晰、准确、力度小，技术基本正确、熟练、协调、规范，攻、防、反击意识基本明确，战术运用基本恰当、有一定的应变能力、假动作运用少。</p>
<p style="text-align: center;">差 (90分以下)</p>	<p>进攻不积极主动，防守动作不到位，反击不及时，速度慢，击打目标不明确，击打点不清晰、准确、无力度，技术不正确、熟练、协调、规范，攻、防、反击意识不明确，战术运用不恰当、无应变能力、无假动作运用。</p>

三、其他

考试必须自备业余拳击（散打）比赛服（红色或蓝色拳击或者散打背心短裤一套，服装上不得印有任何标识）、护齿、护裆、缠手带。

田 径

一、测试指标与所占分值

(一) 100 米、立定三级跳远、原地推铅球（男 5 公斤、女 4 公斤）、800 米，考生可在四项专项素质中选测其中两项，每项 150 分。

(二) 田径专项技能的考生只能在 200 米、1500 米、3000 米（女）、5000 米（男）、400 米栏、跳远、铅球和标枪中选择一个项目进行考试。专项技能为 150 分。田径专项技能与专项素质测试项目不得重复。

二、测试方法与评分标准

(一) 专项素质

1、测试方法：

(1) 100 米

1) 考试在标准的 400 米塑胶田径场直道内进行，采用分道跑，考生必须自始至终在各自的分道内跑进。每名考生只有一次考试机会。

2) 起跑必须采用蹲踞式起跑姿势，并使用考场提供的起跑器。凡不按田径竞赛规则要求起跑的考生将被警告或取消考试资格。考生可穿自备的钉鞋进行考试，但钉鞋必须符合田径规则规定（鞋钉长度不得超过 9 毫米）。

3) 考生每次起跑只要犯规（不论是一名或多名），均出示红牌取消该单项的比赛资格。

4) 记取成绩得分时，以成绩对应的得分记取，若计时成绩在评分标准的两个相邻分值之间，则记取其中较低的分值得分。

(2) 立定三级跳远

1) 按《田径竞赛规则》设置场地。

2) 考生原地双脚站立在起跳线后，起跳时身体任何部位不能触及或超越起跳线；动作完成后向前走出测试区；如有违反者，则判为试跳失败。

3) 立定三级跳远的动作要求：考生原地双脚起跳后，可以用任何一只脚落地（第一跳），跨步跳时用另外一只脚落地（第二跳），最后双脚落地完成跳跃动作（第三跳），凡不符合上述动作要求，则判为试跳失败。

4) 在落地过程中触及落地区以外地面，而落地区外的触地点较落地区内的最近触地点更靠近起跳线者，则判为试跳失败。

5) 每人试跳 3 次，每次均丈量成绩。测量成绩时，从考生身体任何部位在落地区内的最近触地点量至起跳线或起跳线的延长线。测量线应与起跳线或其延长线垂直。丈量的最小单位为 1 厘米。以 3 次试跳中最佳成绩为考试最终成绩。

6) 记取成绩得分时，以成绩对应的得分记取，若成绩在评分标准的两个相邻分值之间，则取其中较低的分值得分。

(3) 原地推铅球

1) 按《田径竞赛规则》设置场地。铅球重量男 5 公斤，女 4 公斤。

2) 考生站立在投掷圈内，采用原地侧向或背向均可，不得作滑步或旋转动作。推铅球时，应将铅球置于锁骨窝处，用单手由肩上推出，不得将铅球移至肩下或肩后抛掷。球推出后脚不得踏出投掷圈或踏在抵趾板上。身体各部位不得接触投掷圈前半部圈外地面。球出手后必须从投掷圈后半部退出场地。

3) 每人试推 3 次。丈量成绩时，丈量尺须通过投掷圈圆心，丈量投掷圈或抵趾板内沿至球落地点后沿之间的最短距离。丈量最小单位为 1 厘米。试掷中的最佳一次成绩为考试最终成绩。

4) 记取成绩得分时，以成绩对应的得分记取，若记取成绩在评分标准的两个相邻分值之间，则记取其中较低的分值得分。

(4) 800 米

1) 按《田径竞赛规则》的有关规定设置场地。每名考生只有一次考试机会。采用 8 人或少于 8 人分道跑测试，通过 100 米弯道（800 米分道跑抢道标志线）后方可抢道，凡不符合 800 米分道跑抢道要求，则取消该项测试成绩。

2) 考生可穿自备的钉鞋进行考试，但钉鞋必须符合田径规则规定。

3) 考生每次起跑只要犯规（不论是一名或多名），均出示红牌并均将被取消该单项的比赛资格。

4) 记取成绩得分时，以成绩对应的得分记取，若计时成绩在评分标准的两个相邻分值之间，则记取其中较低的分值得分。

2、评分标准:见表 1。

表 1 田径 男子、女子专项素质评分表(单位:秒、米)

分值	男				女			
	100 米	立定三级跳远	铅球	800 米	100 米	立定三级跳远	铅球	800 米
150	11.30	9.20	12.00	2:01	12.80	7.80	9.60	2:25
149	11.40	9.18	11.90	2:02	12.90	7.78	9.50	2:26
148	11.50	9.16	11.80	2:03	13.10	7.76	9.40	2:27
147	11.60	9.14	11.70	2:04	13.20	7.74	9.30	2:28
146	11.70	9.12	11.60	2:05	13.30	7.72	9.20	2:29
145	11.72	9.10	11.50	2:06	13.32	7.70	9.10	2:30
144	11.74	9.08	11.40	2:07	13.34	7.68	9.00	2:31
143	11.76	9.06	11.30	2:08	13.36	7.66	8.90	2:32
142	11.78	9.04	11.20	2:09	13.38	7.64	8.80	2:33
141	11.80	9.02	11.10	2:10	13.40	7.62	8.70	2:34
140	11.82	9.00	11.00	2:11	13.42	7.60	8.60	2:35
139	11.84	8.98	10.90	2:12	13.44	7.58	8.50	2:36
138	11.86	8.96	10.80	2:13	13.46	7.56	8.40	2:37
137	11.88	8.94	10.70	2:14	13.48	7.54	8.30	2:38
136	11.90	8.92	10.60	2:15	13.50	7.52	8.20	2:39
135	11.92	8.90	10.50	2:16	13.52	7.50	8.10	2:40
134	11.94	8.88	10.40	2:17	13.54	7.48	8.00	2:41
133	11.96	8.86	10.30	2:18	13.56	7.46	7.90	2:42
132	11.98	8.84	10.20	2:19	13.58	7.44	7.80	2:43
131	12.00	8.82	10.10	2:20	13.60	7.42	7.70	2:44
130	12.02	8.80	10.00	2:21	13.62	7.40	7.60	2:45
129	12.04	8.78	9.90	2:22	13.64	7.38	7.58	2:46
128	12.06	8.76	9.80	2:23	13.66	7.36	7.56	2:47
127	12.08	8.74	9.70	2:24	13.68	7.34	7.54	2:48
126	12.10	8.72	9.60	2:25	13.70	7.32	7.52	2:49
125	12.12	8.70	9.50	2:26	13.72	7.30	7.50	2:50
124	12.14	8.68	9.40	2:27	13.74	7.28	7.48	2:51
123	12.16	8.66	9.30	2:28	13.76	7.26	7.46	2:52
122	12.18	8.64	9.20	2:29	13.78	7.24	7.44	2:53

分 值	男				女			
	100 米	立定三 级跳远	铅球	800 米	100 米	立定三 级跳远	铅球	800 米
121	12.20	8.62	9.10	2:30	13.80	7.22	7.42	2:54
120	12.22	8.60	9.00	2:31	13.82	7.20	7.40	2:55
119	12.24	8.58	8.90	2:32	13.84	7.18	7.38	2:56
118	12.26	8.56	8.80	2:33	13.86	7.16	7.36	2:57
117	12.28	8.54	8.70	2:34	13.88	7.14	7.34	2:58
116	12.30	8.52	8.60	2:35	13.90	7.12	7.32	2:59
115	12.32	8.50	8.50	2:36	13.92	7.10	7.30	3:00
114	12.34	8.48	8.40	2:37	13.94	7.08	7.28	3:01
113	12.36	8.46	8.30	2:38	13.96	7.06	7.26	3:02
112	12.38	8.44	8.20	2:39	13.98	7.04	7.24	3:03
111	12.40	8.42	8.10	2:40	14.00	7.02	7.22	3:04
110	12.42	8.40	8.00	2:41	14.02	7.00	7.20	3:05
109	12.44	8.38	7.90	2:42	14.04	6.98	7.18	3:06
108	12.46	8.36	7.80	2:43	14.06	6.96	7.16	3:07
107	12.48	8.34	7.70	2:44	14.08	6.94	7.14	3:08
106	12.50	8.32	7.60	2:45	14.10	6.92	7.12	3:09
105	12.52	8.30	7.50	2:46	14.12	6.90	7.10	3:10
104	12.54	8.28	7.40	2:47	14.14	6.88	7.08	3:11
103	12.56	8.26	7.30	2:48	14.16	6.86	7.06	3:12
102	12.58	8.24	7.20	2:49	14.18	6.84	7.04	3:13
101	12.60	8.22	7.10	2:50	14.20	6.82	7.02	3:14
100	12.62	8.20	7.00	2:51	14.22	6.80	7.00	3:15
99	12.64	8.18	6.90	2:52	14.24	6.78	6.98	3:16
98	12.66	8.16	6.80	2:53	14.26	6.76	6.96	3:17
97	12.68	8.14	6.70	2:54	14.28	6.74	6.94	3:18
96	12.70	8.12	6.60	2:55	14.30	6.72	6.92	3:19
95	12.72	8.10	6.50	2:56	14.32	6.70	6.90	3:20
94	12.74	8.08	6.40	2:57	14.34	6.68	6.88	3:21
93	12.76	8.06	6.30	2:58	14.36	6.66	6.86	3:22
92	12.78	8.04	6.20	2:59	14.38	6.64	6.84	3:23
91	12.80	8.02	6.10	3:00	14.40	6.62	6.82	3:24
90	12.82	8.00	6.00	3:01	14.42	6.60	6.80	3:25

分 值	男				女			
	100 米	立定三 级跳远	铅球	800 米	100 米	立定三 级跳远	铅球	800 米
89	12.85	7.98	5.98	3:02	14.44	6.58	6.78	3:26
88	12.88	7.96	5.96	3:03	14.46	6.56	6.76	3:27
87	12.91	7.94	5.94	3:04	14.48	6.54	6.74	3:28
86	12.94	7.92	5.92	3:05	14.50	6.52	6.72	3:29
85	12.97	7.90	5.90	3:06	14.52	6.50	6.70	3:30
84	13.00	7.88	5.88	3:07	14.54	6.48	6.68	3:31
83	13.03	7.86	5.86	3:08	14.56	6.46	6.66	3:32
82	13.06	7.84	5.84	3:09	14.58	6.44	6.64	3:33
81	13.09	7.82	5.82	3:10	14.60	6.42	6.62	3:34
80	13.12	7.80	5.80	3:11	14.62	6.40	6.60	3:35
79	13.15	7.77	5.78	3:12	14.64	6.37	6.57	3:36
78	13.18	7.74	5.76	3:13	14.66	6.34	6.54	3:37
77	13.21	7.71	5.74	3:14	14.68	6.31	6.51	3:38
76	13.24	7.68	5.72	3:15	14.70	6.28	6.48	3:39
75	13.27	7.65	5.70	3:16	14.72	6.25	6.45	3:40
74	13.30	7.62	5.68	3:17	14.74	6.22	6.42	3:41
73	13.33	7.59	5.66	3:18	14.76	6.19	6.39	3:42
72	13.36	7.56	5.64	3:19	14.78	6.16	6.36	3:43
71	13.39	7.53	5.62	3:20	14.80	6.13	6.33	3:44
70	13.42	7.50	5.60	3:21	14.82	6.10	6.30	3:45
69	13.45	7.47	5.58	3:22	14.84	6.07	6.27	3:46
68	13.48	7.44	5.56	3:23	14.86	6.04	6.24	3:47
67	13.51	7.41	5.54	3:24	14.88	6.01	6.21	3:48
66	13.54	7.38	5.52	3:25	14.90	5.98	6.18	3:49
65	13.57	7.35	5.50	3:26	14.92	5.95	6.15	3:50
64	13.60	7.32	5.48	3:27	14.94	5.92	6.12	3:51
63	13.63	7.29	5.46	3:28	14.96	5.89	6.09	3:52
62	13.66	7.26	5.44	3:29	14.98	5.86	6.06	3:53
61	13.69	7.23	5.42	3:30	15.00	5.83	6.03	3:54
60	13.72	7.20	5.40	3:31	15.02	5.80	6.00	3:55
59	13.75	7.17	5.38	3:32	15.04	5.77	5.97	3:56
58	13.78	7.14	5.36	3:33	15.06	5.74	5.94	3:57

分 值	男				女			
	100 米	立定三 级跳远	铅球	800 米	100 米	立定三 级跳远	铅球	800 米
57	13.81	7.11	5.34	3:34	15.08	5.71	5.91	3:58
56	13.84	7.08	5.32	3:35	15.10	5.68	5.88	3:59
55	13.87	7.05	5.30	3:36	15.12	5.65	5.85	4:00
54	13.90	7.02	5.28	3:37	15.14	5.62	5.82	4:01
53	13.93	6.99	5.26	3:38	15.16	5.59	5.79	4:02
52	13.96	6.96	5.24	3:39	15.18	5.56	5.76	4:03
51	13.99	6.93	5.22	3:40	15.20	5.53	5.73	4:04
50	14.02	6.90	5.20	3:41	15.22	5.50	5.70	4:05
49	14.05	6.87	5.18	3:42	15.24	5.47	5.67	4:06
48	14.08	6.84	5.16	3:43	15.26	5.44	5.64	4:07
47	14.11	6.81	5.14	3:44	15.28	5.41	5.61	4:08
46	14.14	6.78	5.12	3:45	15.30	5.38	5.58	4:09
45	14.17	6.75	5.10	3:46	15.32	5.35	5.55	4:10
44	14.20	6.72	5.08	3:47	15.34	5.32	5.52	4:11
43	14.23	6.69	5.06	3:48	15.36	5.29	5.49	4:12
42	14.26	6.66	5.04	3:49	15.38	5.26	5.46	4:13
41	14.29	6.63	5.02	3:50	15.40	5.23	5.43	4:14
40	14.32	6.60	5.00	3:51	15.42	5.20	5.40	4:15
39	14.35	6.57	4.98	3:52	15.44	5.17	5.37	4:16
38	14.38	6.54	4.96	3:53	15.46	5.14	5.34	4:17
37	14.41	6.51	4.94	3:54	15.48	5.11	5.31	4:18
36	14.44	6.48	4.92	3:55	15.50	5.08	5.28	4:19
35	14.47	6.45	4.90	3:56	15.52	5.05	5.25	4:20
34	14.50	6.42	4.88	3:57	15.54	5.02	5.22	4:21
33	14.53	6.39	4.86	3:58	15.56	4.99	5.19	4:22
32	14.56	6.36	4.84	3:59	15.58	4.96	5.16	4:23
31	14.59	6.33	4.82	4:00	15.60	4.93	5.13	4:24
30	14.62	6.30	4.80	4:01	15.62	4.90	5.10	4:25
29	14.65	6.27	4.78	4:02	15.64	4.87	5.07	4:26
28	14.68	6.24	4.76	4:03	15.66	4.84	5.04	4:27
27	14.71	6.21	4.74	4:04	15.68	4.81	5.01	4:28
26	14.74	6.18	4.72	4:05	15.70	4.78	4.98	4:29

分 值	男				女			
	100 米	立定三 级跳远	铅球	800 米	100 米	立定三 级跳远	铅球	800 米
25	14.77	6.15	4.70	4:06	15.72	4.75	4.95	4:30
24	14.80	6.12	4.68	4:07	15.74	4.72	4.92	4:31
23	14.83	6.09	4.66	4:08	15.76	4.69	4.89	4:32
22	14.86	6.06	4.64	4:09	15.78	4.66	4.86	4:33
21	14.89	6.03	4.62	4:10	15.80	4.63	4.83	4:34
20	14.92	6.00	4.60	4:11	15.82	4.60	4.80	4:35
19	14.95	5.97	4.58	4:12	15.84	4.57	4.77	4:36
18	14.98	5.94	4.56	4:13	15.86	4.54	4.74	4:37
17	15.01	5.91	4.54	4:14	15.88	4.51	4.71	4:38
16	15.04	5.88	4.52	4:15	15.90	4.48	4.68	4:39
15	15.07	5.85	4.50	4:16	15.92	4.45	4.65	4:40
14	15.10	5.82	4.48	4:17	15.94	4.42	4.62	4:41
13	15.13	5.79	4.46	4:18	15.96	4.39	4.59	4:42
12	15.16	5.76	4.44	4:19	15.98	4.36	4.56	4:43
11	15.19	5.73	4.42	4:20	16.00	4.33	4.53	4:44
10	15.22	5.70	4.40	4:21	16.02	4.30	4.50	4:45
9	15.25	5.67	4.38	4:22	16.04	4.27	4.47	4:46
8	15.28	5.64	4.36	4:23	16.06	4.24	4.44	4:47
7	15.31	5.61	4.34	4:24	16.08	4.21	4.41	4:48
6	15.34	5.58	4.32	4:25	16.10	4.18	4.38	4:49
5	15.37	5.55	4.30	4:26	16.12	4.15	4.35	4:50
4	15.40	5.52	4.28	4:27	16.14	4.12	4.32	4:51
3	15.43	5.49	4.26	4:28	16.16	4.09	4.29	4:52
2	15.46	5.46	4.24	4:29	16.18	4.06	4.26	4:53
1	15.49	5.43	4.22	4:30	16.20	4.03	4.23	4:54
0	15.52	5.40	4.20	4:31	16.22	4.00	4.20	4:55

(二) 专项技能

1、测试方法:

(1) 径赛项目测试采用一次性比赛，记取成绩换算成得分。采用电子计时。

(2) 径赛项目测试，考生每次起跑只要犯规（不论是一名或多名），均将被取消该单项的比赛资格。

(3) 田赛远度项目测试时，每人均有三次试跳或试投机会，记取最好成绩换算成得分。

(4) 运动员在过栏瞬间其脚或腿低于栏顶水平面，或跨越他人栏架，或有意用手推或用脚踢倒栏架，或起跨腿从栏侧提拉过栏，均将被取消该单项的比赛资格。

(5) 记取成绩得分时，以成绩对应的得分记取，若记取成绩在评分标准的两个相邻分值之间，则取其中较低的分值得分。

(6) 其他规则均根据国际田联最新规则执行。

(7) 跨栏采用的栏架高度和投掷项目所使用的器材重量，均以国际田联田径规则规定的成人比赛器材规格为标准，见表 2。

表 2 田径 投掷项目测试所使用器材的重量和 400 米栏采用的栏架高度

组别	铅球（千克）	标枪（克）	400 米栏（厘米）
男	7.26	800	91.4
女	4	600	76.2

2、评分标准：见表 3、表 4。

表 3 田径 男子径赛和田赛专项技能评分表（单位：秒、米）

分值	200 米	1500 米	5000 米	400 米栏	跳远	铅球	标枪
150	22.09	3:58.4	14:57.5	55.15	7.20	15.50	63.60
149	22.11	3:59.0	15:00.0	55.18	7.18	15.46	63.30
148	22.13	3:59.6	15:02.5	55.21	7.16	15.42	63.00
147	22.15	4:00.2	15:05.0	55.24	7.14	15.38	62.70
146	22.17	4:00.8	15:07.5	55.27	7.12	15.34	62.40
145	22.19	4:01.4	15:10.0	55.30	7.10	15.30	62.10
144	22.21	4:02.0	15:12.5	55.33	7.08	15.26	61.80
143	22.23	4:02.6	15:15.0	55.36	7.06	15.22	61.50
142	22.25	4:03.2	15:17.5	55.39	7.04	15.18	61.20
141	22.28	4:03.8	15:20.0	55.42	7.02	15.14	60.90
140	22.31	4:04.4	15:22.0	55.51	7.00	15.08	60.50
139	22.34	4:04.8	15:24.0	55.60	6.98	15.02	60.10
138	22.37	4:05.2	15:26.0	55.69	6.96	14.96	59.70
137	22.40	4:05.6	15:28.0	55.78	6.94	14.90	59.30

分值	200 米	1500 米	5000 米	400 米栏	跳远	铅球	标枪
136	22.43	4:06.0	15:30.0	55.87	6.92	14.84	58.90
135	22.46	4:06.4	15:32.0	55.96	6.90	14.78	58.50
134	22.49	4:06.9	15:34.0	56.05	6.88	14.72	58.10
133	22.52	4:07.4	15:36.0	56.14	6.86	14.66	57.70
132	22.55	4:07.9	15:38.0	56.23	6.84	14.60	57.30
131	22.58	4:08.4	15:40.0	56.34	6.82	14.54	56.90
130	22.61	4:08.9	15:42.0	56.45	6.80	14.48	56.50
129	22.64	4:09.4	15:44.0	56.56	6.78	14.42	56.10
128	22.67	4:09.9	15:46.0	56.67	6.76	14.36	55.70
127	22.70	4:10.4	15:48.0	56.78	6.74	14.30	55.30
126	22.73	4:10.9	15:50.0	56.89	6.72	14.24	54.90
125	22.76	4:11.4	15:52.0	57.00	6.70	14.17	54.50
124	22.79	4:11.9	15:54.0	57.11	6.68	14.10	54.10
123	22.83	4:12.4	15:56.0	57.22	6.66	14.03	53.80
122	22.87	4:12.9	15:58.0	57.33	6.64	13.96	53.50
121	22.91	4:13.4	15:59.0	57.44	6.62	13.89	53.20
120	22.95	4:13.9	16:00.0	57.56	6.60	13.82	52.90
119	22.99	4:14.4	16:01.0	57.68	6.59	13.75	52.60
118	23.03	4:14.9	16:02.0	57.81	6.58	13.68	52.30
117	23.07	4:15.4	16:03.0	57.94	6.57	13.61	52.00
116	23.11	4:15.9	16:04.0	58.07	6.56	13.54	51.70
115	23.15	4:16.4	16:05.0	58.20	6.55	13.47	51.40
114	23.19	4:16.9	16:06.0	58.33	6.54	13.40	51.10
113	23.23	4:17.4	16:07.0	58.46	6.53	13.33	50.80
112	23.27	4:17.9	16:08.0	58.59	6.52	13.26	50.50
111	23.31	4:18.4	16:09.0	58.72	6.51	13.19	50.20
110	23.35	4:18.9	16:10.0	58.85	6.50	13.12	50.00
109	23.39	4:19.4	16:11.0	58.98	6.49	13.05	49.80
108	23.43	4:19.9	16:12.0	59.11	6.48	12.98	49.60
107	23.47	4:20.5	16:13.0	59.24	6.47	12.91	49.40
106	23.51	4:21.1	16:14.0	59.37	6.46	12.84	49.20
105	23.55	4:21.3	16:15.0	59.57	6.45	12.77	49.00
104	23.59	4:21.5	16:16.0	59.77	6.44	12.70	48.80

分值	200 米	1500 米	5000 米	400 米栏	跳远	铅球	标枪
103	23.63	4:21.7	16:17.0	59.97	6.43	12.63	48.60
102	23.67	4:21.9	16:18.0	1:00.17	6.42	12.56	48.40
101	23.71	4:22.1	16:19.0	1:00.37	6.41	12.49	48.20
100	23.75	4:22.3	16:20.0	1:00.57	6.40	12.42	48.00
99	23.79	4:22.4	16:21.0	1:00.77	6.39	12.35	47.90
98	23.83	4:22.5	16:22.0	1:00.97	6.38	12.28	47.80
97	23.87	4:22.6	16:23.0	1:01.17	6.37	12.21	47.70
96	23.91	4:22.7	16:24.0	1:01.37	6.36	12.18	47.60
95	23.95	4:22.8	16:25.0	1:01.57	6.35	12.15	47.50
94	23.99	4:22.9	16:26.0	1:01.77	6.34	12.12	47.40
93	24.03	4:23.0	16:27.0	1:01.97	6.33	12.09	47.30
92	24.07	4:23.1	16:28.0	1:02.17	6.32	12.06	47.20
91	24.11	4:23.2	16:29.0	1:02.37	6.31	12.03	47.10
90	24.15	4:23.3	16:30.0	1:02.57	6.30	12.00	47.00

表 4 田径 女子径赛和田赛专项技能评分表（单位：秒、米）

分值	200 米	1500 米	3000 米	400 米栏	跳远	铅球	标枪
150	25.48	4:37.7	10:03.5	1:01.86	5.75	14.80	49.20
149	25.50	4:39.1	10:06.2	1:02.06	5.73	14.70	48.90
148	25.52	4:40.4	10:08.9	1:02.26	5.71	14.60	48.60
147	25.54	4:40.8	10:11.6	1:02.46	5.69	14.50	48.30
146	25.56	4:41.2	10:12.4	1:02.66	5.67	14.40	48.00
145	25.58	4:41.6	10:13.2	1:02.86	5.65	14.34	47.70
144	25.60	4:42.0	10:14.0	1:03.06	5.63	14.28	47.40
143	25.62	4:42.4	10:14.8	1:03.26	5.61	14.22	47.10
142	25.64	4:42.8	10:15.6	1:03.46	5.59	14.16	46.80
141	25.67	4:43.2	10:16.4	1:03.66	5.57	14.10	46.50
140	25.70	4:43.6	10:17.2	1:03.77	5.55	14.04	46.20
139	25.73	4:44.0	10:18.0	1:03.88	5.54	13.98	45.90
138	25.76	4:44.4	10:18.8	1:03.99	5.53	13.92	45.60
137	25.79	4:44.8	10:19.6	1:04.10	5.52	13.86	45.30
136	25.82	4:45.2	10:20.4	1:04.21	5.51	13.80	45.00
135	25.85	4:45.6	10:21.2	1:04.32	5.50	13.74	44.70

134	25.88	4:46.0	10:22.0	1:04.43	5.49	13.68	44.40
133	25.91	4:46.4	10:22.8	1:04.54	5.48	13.62	44.10
132	25.94	4:46.8	10:23.6	1:04.65	5.47	13.56	43.80
131	25.97	4:47.2	10:24.4	1:04.76	5.46	13.50	43.50
130	26.00	4:47.7	10:25.2	1:04.87	5.45	13.44	43.20
129	26.04	4:48.2	10:26.0	1:04.99	5.44	13.38	42.90
128	26.08	4:48.7	10:26.8	1:05.11	5.43	13.32	42.60
127	26.12	4:49.2	10:27.6	1:05.23	5.42	13.26	42.30
126	26.16	4:49.7	10:28.4	1:05.35	5.41	13.20	42.00
125	26.20	4:50.2	10:29.2	1:05.47	5.40	13.14	41.80
124	26.24	4:50.7	10:30.0	1:05.59	5.39	13.08	41.60
123	26.28	4:51.2	10:30.8	1:05.71	5.38	13.02	41.40
122	26.32	4:51.7	10:31.6	1:05.83	5.37	12.96	41.20
121	26.36	4:52.2	10:32.4	1:05.95	5.36	12.90	41.00
120	26.40	4:52.7	10:33.2	1:06.07	5.35	12.84	40.80
119	26.44	4:53.2	10:34.0	1:06.19	5.34	12.78	40.60
118	26.48	4:54.0	10:36.0	1:06.31	5.33	12.72	40.40
117	26.52	4:54.8	10:38.0	1:06.43	5.32	12.66	40.20
116	26.56	4:55.6	10:40.0	1:06.55	5.31	12.60	40.00
115	26.60	4:56.4	10:42.0	1:06.67	5.30	12.54	39.80
114	26.64	4:57.2	10:44.0	1:06.79	5.29	12.48	39.60
113	26.68	4:58.0	10:46.0	1:06.91	5.28	12.42	39.40
112	26.72	4:58.8	10:48.0	1:07.03	5.27	12.36	39.20
111	26.76	4:59.6	10:49.0	1:07.15	5.26	12.30	39.00
110	26.80	5:00.4	10:50.0	1:07.27	5.25	12.24	38.80
109	26.84	5:01.2	10:51.0	1:07.39	5.24	12.18	38.60
108	26.88	5:02.0	10:52.0	1:07.51	5.23	12.12	38.40
107	26.92	5:02.8	10:53.0	1:07.63	5.22	12.06	38.20
106	26.96	5:03.6	10:54.0	1:07.75	5.21	12.00	38.00
105	27.00	5:04.2	10:55.0	1:07.87	5.20	11.94	37.90
104	27.04	5:04.8	10:56.0	1:07.99	5.19	11.92	37.80
103	27.08	5:05.4	10:57.0	1:08.11	5.18	11.90	37.70
102	27.12	5:06.0	10:58.0	1:08.23	5.17	11.88	37.60

分值	200 米	1500 米	3000 米	400 米栏	跳远	铅球	标枪
101	27.16	5:06.6	10:59.0	1:08.35	5.16	11.86	37.50
100	27.20	5:07.2	11:00.0	1:08.47	5.15	11.85	37.40
99	27.24	5:07.8	11:01.0	1:08.59	5.14	11.84	37.30
98	27.28	5:08.4	11:02.0	1:08.71	5.13	11.83	37.20
97	27.32	5:09.0	11:03.0	1:08.83	5.12	11.82	37.10
96	27.36	5:09.6	11:04.0	1:08.95	5.11	11.81	37.00
95	27.40	5:10.2	11:05.0	1:09.07	5.10	11.80	36.90
94	27.44	5:10.8	11:06.0	1:09.19	5.09	11.79	36.80
93	27.48	5:11.4	11:07.0	1:09.31	5.08	11.78	36.70
92	27.52	5:12.0	11:08.0	1:09.43	5.07	11.77	36.60
91	27.56	5:12.6	11:09.0	1:09.55	5.06	11.76	36.50
90	27.60	5:13.2	11:10.0	1:09.67	5.05	11.75	36.40

体育舞蹈

一、测试指标及所占分值

类别	专项素质 (300 分)				专项技能 (150 分)	
测试指标	仰卧起坐	男: 俯卧撑 女: 桥	平转	竖叉	规定舞种	自选组合
分值	70	70	80	80	50	100

二、测试方法与评分标准

(一) 专项素质

1、仰卧起坐 (70 分)

(1) 测试方法: 测试时, 受试者仰卧于水平放置的垫子上, 双腿稍分开, 屈膝呈 90°, 双手手指交叉抱于脑后, 由同伴压住双脚以固定下肢。测试者发出开始口令的同时开表计时, 受试者快速起坐, 双肘触及或超过双膝, 然后还原为仰卧, 双肩胛触垫为完成 1 次。记录 1 分钟完成次数。

(2) 成绩评定:

表 1 一分钟仰卧起坐评分标准

分值	仰卧起坐 (次/分钟)	分值	仰卧起坐 (次/分钟)	分值	仰卧起坐 (次/分钟)
70	60 及以上	46	48	22	36
68	59	44	47	20	35
66	58	42	46	18	34
64	57	40	45	16	33
62	56	38	44	14	32
60	55	36	43	12	31
58	54	34	42	10	30
56	53	32	41	8	29
54	52	30	40	6	28
52	51	28	39	4	27
50	50	26	38	2	26
48	49	24	37	0	25 及以下

2、俯卧撑、桥 (下腰) (70 分)

(1) 测试方法: 3 点或 7 点钟站立, 两腿与肩同宽, 两臂伸直, 肩角充分顶开, 髋充分顶起, 完成下腰后, 测试手掌与脚跟距离。

(2) 成绩评定:

表 2 俯卧撑/下桥评分标准

分值	俯卧撑 (次/分)	下 桥 (厘米)	分值	俯卧撑 (次/分)	下桥 (厘米)	分值	俯卧撑 (次/分)	下桥 (厘米)
70	50 及以上	5 及以下	46	38	17	22	26	29
68	49	6	44	37	18	20	25	30
66	48	7	42	36	19	18	24	31
64	47	8	40	35	20	16	23	32
62	46	9	38	34	21	14	22	33
60	45	10	36	33	22	12	21	34
58	44	11	34	32	23	10	20	35
56	43	12	32	31	24	8	19	36
54	42	13	30	30	25	6	18	37
52	41	14	28	29	26	4	17	38
50	40	15	26	28	27	2	16	39
48	39	16	24	27	28	0	15 以下	40 以上

3、平转 (80 分)

测试方法: 方向正、平稳度、动作连贯、速度快。

动作标准: 速度、力度、稳定性好, 姿态准确。

成绩评定:

表 3 平转评分标准

分值	平转 (个)	分值	平转 (个)	分值	平转 (个)
80	16 及以上	50	10	20	4
75	15	45	9	15	3
70	14	40	8	10	2
65	13	35	7	0	1
60	12	30	6		
55	11	25	5		

4、竖叉 (80 分)

测试方法: 在地板上或地毯上, 要求人体姿态端正, 两腿伸直分开成一字, 腿及髋部全部着地、髋位正, 膝关节伸直。左右腿各 40 分, 满分为 80 分。

成绩评定: 髋关节最下沿离地每 1cm 扣 2 分, 直至扣完。

表 4 竖叉评分标准

分值	竖叉(左/右) (厘米)	分值	竖叉(左/右) (厘米)	分值	竖叉(左/右) (厘米)
40	0	26	7	12	14
38	1	24	8	10	15
36	2	22	9	8	16
34	3	20	10	6	17
32	4	18	11	4	18
30	5	16	12	2	19
28	6	14	13	0	20 及以上

(二) 专项技能

1、规定舞种 (50 分)

(1) 测试内容：摩登舞中选取华尔兹或拉丁舞中选取伦巴舞的舞蹈片段(或组合)进行展示(限单人)，必须有音乐伴奏(自带 U 盘)。考评员根据以下评分标准进行评分。

(2) 测试方法：每位考生依次进入考场，进行规定舞种的舞蹈片段或组合展示，且在 2 分钟内完成。

表 5 规定舞种评分标准

50—40 分	舞蹈形态规范，专项基本技术扎实，成套动作完成流畅并与音乐结合完美，具有一定的难度动作，舞蹈表现力好、感染力强。
39—30 分	舞蹈形态较规范，专项基本技术较扎实，成套动作完成较流畅，音乐节奏的控制能力较好、舞蹈表现力和感染力较强。
29—20 分	舞蹈形态和专项基本技术一般，基本能与音乐相结合，成套动作完成的不够流畅，舞蹈表现力和感染力不明显。
20 分以下	无法与音乐相结合、动作有明显的停顿，没有舞蹈表现力和感染力。

2、自选组合 (100 分)

从摩登舞和拉丁舞中自选一个或多个舞种的比赛套路或剧目创编(可以几支舞混编)进行展示，表演在 3 分钟之内完成，必须有音乐伴奏(自带 U 盘)考评员根据以下评分标准进行评分。

(注：此项考核内容不可与第一项规定舞种所展示的舞种雷同)

测试方法：每位考生依次进入考场，考生进行自编舞蹈片段或组合展示。

表 6 评分标准

80-100 分	舞蹈形态规范, 专项基本技术扎实, 成套动作完成流畅并与音乐结合完美, 具有一定的难度动作, 舞蹈表现力好、感染力强, 创编剧目有创意。
60-80 分	舞蹈形态较规范, 专项基本技术较扎实, 成套动作完成较流畅, 音乐节奏的控制能力较好、舞蹈表现力和感染力较强。
40-60 分	舞蹈形态和专项基本技术一般, 基本能与音乐相结合, 成套动作完成的不够流畅, 舞蹈表现力和感染力不明显。
40 分以下	无法与音乐相结合、动作有明显的停顿, 没有舞蹈表现力和感染力。

三、考试要求

- (1) 考试过程中, 考生自备紧身服或舞蹈服, 不得佩戴标志性饰物。
- (2) 考试所用音乐由考生自备。
- (3) 考试过程中, 考生不得化妆或着淡妆, 头发束独辫并盘髻。
- (4) 每位考生只有一次考试机会, 因自身原因中断或失误, 不得重考。
- (5) 考生不得携带舞伴, 独立完成专项技术测试。

四、测试场地

测试在体育学院体育舞蹈和球类训练馆进行。

乒乓球

一、测试指标与所占分值

类别	专项素质			专项技能
测试指标	四米平行往返摸球台	下旋转上旋 1/2 台走动攻（拉）	立定跳远	实战比赛
分值	90 分	150 分	60 分	150 分

二、测试方法与评分标准

（一）专项素质

1. 四米平行往返摸球台

1) 测试方法：在四米距离用并步或滑步（采用交叉步移动无效）左右移动，同时单手触摸球台 30 次（手扶球台开始），记录所需的时间。

2) 评分标准：见表 4-1。

表 4-1 乒乓球 四米平行往返摸球台评分表

分值	成绩（秒）		分值	成绩（秒）	
	男	女		男	女
90	30"-30"9	35"-35"9	80	40"-40"9	45"-45"9
89	31"-31"9	36"-36"9	79	41"-41"9	46"-46"9
88	32"-32"9	37"-37"9	78	42"-42"9	47"-47"9
87	33"-33"9	38"-38"9	77	43"-43"9	48"-48"9
86	34"-34"9	39"-39"9	76	44"-44"9	49"-49"9
85	35"-35"9	40"-40"9	75	45"-45"9	50"-50"9
84	36"-36"9	41"-41"9	74	46"-46"9	51"-51"9
83	37"-37"9	42"-42"9	72	47"-47"9	52"-52"9
82	38"-38"9	43"-43"9	70	48"以上	53"以上
81	39"-39"9	44"-44"9			

2. 下旋转上旋 1/2 台走动攻（拉）

1) 测试方法：考生在侧身位正手发下旋球后，将对方回搓到反手位 1/2 台的下旋球，侧身使用正手将球拉起，然后继续使用正手以中等力量在反手位 1/2 台区域内不定点的连续走位攻（拉），不得轻打（拉），否则算失分。

2) 评分标准：每个球连续攻（拉）十板以上者为成功一次，得 7.5 分。每个考生有 20 个球的机会，累计得分为最后成绩。

3. 立定跳远

1) 测试方法：考生双脚站在起跳线外，起跳时双脚不允许越过起跳线，不能有预跳或踩线，落地后以身体与起跳线最近距离为测量距离。每人连续跳 2 次，取其中 1 次最好成绩。

2) 评分标准：见表 4-2。

表 4-2 立定跳远评分标准

分值	成绩（米）		分值	成绩（米）	
	男	女		男	女
60	3.15	2.35	49	2.60	1.80
59	3.10	2.30	48	2.55	1.75
58	3.05	2.25	47	2.50	1.70
57	3.00	2.20	46	2.45	1.65
56	2.95	2.15	45	2.40	1.60
55	2.90	2.10	44	2.35	1.58
54	2.85	2.05	43	2.30	1.55
53	2.80	2.00	42	2.25	1.50
52	2.75	1.95	41	2.20	1.48
51	2.70	1.90	40	低于 2.20	低于 1.48
50	2.65	1.85			

（二）专项技能

1. 实战比赛

1) 测试方法：分别组织男女考生进行比赛，5 人以下（含 5 人）采用单循环决出名次；5 人以上采用分组单循环再交叉淘汰的方法决出名次。比赛采用三局两胜制，每局 11 分，决胜局采用关键球，9:9 开始。

2) 评分标准：

比赛成绩 = $\frac{N-R+1}{N} \times 90 + 60$ ，其中 N 为该专项考试人数，R 为比赛名次。

注：若 N 小于 2，无法比赛，该项成绩按 105 分计。