

暨南大学 2024 年体育教育专业（港 澳台侨及海外）体育术科考试大纲

暨南大学体育学院

二〇二四年三月

目 录

I. 考试性质	1
II. 考试项目和成绩计算	1
一、考试项目和赋分比例	1
二、考试形式和成绩计算	1
III. 基本素质考试方法和评分标准	2
一、100 米跑	2
二、立定三级跳远	5
三、原地掷实心球	8
IV. 专项基础考试方法和评分标准	11
一、足球	11
二、篮球	13
三、排球	18
四、乒乓球	19
五、羽毛球	23
六、网球	25
七、武术	27
八、田径	30

I. 考试性质

暨南大学 2024 年体育教育专业（港澳台侨及海外）体育术科考试是合格的高中毕业生和具有同等学力的考生参加的选拔性考试，体育术科是港澳台侨及海外报考暨南大学 2024 年体育教育专业考生的专业必考科目，暨南大学根据考生的术科和文化成绩，全面衡量，择优录取。因此，本考试应具有必要的区分度，较高的信度和效度。

本考试大纲适用于暨南大学 2024 年招生体育教育专业（港澳台侨及海外）的招生考试，是评定考生体育术科考试成绩的唯一依据。

II. 考试项目和成绩计算

一、考试项目和赋分比例

体育术科考试分基本素质和专项基础两部分组成。赋分比例如下：

（一）基本素质考试（225 分），考生必须参加下列三项内容的考试。

1. 100 米跑（75 分）
2. 立定三级跳远（75 分）
3. 原地掷实心球（75 分）

（二）专项基础考试（75 分），考生按规定任选下列一项进行考试。

1. 足球（75 分）
2. 篮球（75 分）
3. 排球（75 分）
4. 乒乓球（75 分）
5. 羽毛球（75 分）
6. 网球（75 分）
7. 武术（75 分）
8. 田径（75 分）

二、考试形式和成绩计算

1. 采取现场考试的形式进行。
2. 体育术科成绩计算方法：

体育术科考试满分为 300 分。体育术科考试成绩计算方法：体育术科考试总分（300 分）=基本素质得分（225 分）+专项基础得分（75 分）。

III.基本素质考试方法和评分标准

一、100 米跑

(一) 考试方法

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的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，但钉鞋必须符合规则规定（鞋钉长度不得超过 9 毫米）。

3. 起跑犯规判罚：对于第一次起跑犯规的相关考生给予黄牌警告，并向该组所有考生亮黄牌警告，对于之后出现起跑犯规的相关考生（不论是一名或多名），均出示红牌并取消相关考生的本项目考试资格。

4. 考试采用电动计时计取成绩。

(二) 评分标准

100 米跑评分标准详见“表 1 男子 100 米跑考试评分标准”和“表 2 女子 100 米跑考试评分标准”。

表 1 男子 100 米跑考试评分标准

分值	成绩 (秒)	分值	成绩 (秒)	分值	成绩 (秒)
100	11.74	75	12.74	50	14.19
99	11.78	74	12.78	49	14.29
98	11.82	73	12.82	48	14.39
97	11.86	72	12.86	47	14.49
96	11.9	71	12.9	46	14.59
95	11.94	70	12.94	45	14.69
94	11.98	69	12.98	44	14.81
93	12.02	68	13.02	43	14.93
92	12.06	67	13.06	42	15.05
91	12.1	66	13.1	41	15.17
90	12.14	65	13.14	40	15.29
89	12.18	64	13.19	39	15.41
88	12.22	63	13.24	38	15.53
87	12.26	62	13.29	37	15.65
86	12.3	61	13.34	36	15.77
85	12.34	60	13.4	35	15.89
84	12.38	59	13.46	34	16.01
83	12.42	58	13.53	33	16.13
82	12.46	57	13.6	32	16.25
81	12.5	56	13.67	31	16.37
80	12.54	55	13.75	30	16.49
79	12.58	54	13.83	29	16.61
78	12.62	53	13.91	28	16.73
77	12.66	52	14	27	16.85
76	12.7	51	14.09	26	16.97

表 2 女子 100 米跑考试评分标准

分值	成绩 (秒)	分值	成绩 (秒)	分值	成绩 (秒)
100	13.04	75	14.04	50	15.49
99	13.08	74	14.08	49	15.59
98	13.12	73	14.12	48	15.69
97	13.16	72	14.16	47	15.79
96	13.2	71	14.2	46	15.89
95	13.24	70	14.24	45	15.99
94	13.28	69	14.28	44	16.11
93	13.32	68	14.32	43	16.23
92	13.36	67	14.36	42	16.35
91	13.4	66	14.4	41	16.47
90	13.44	65	14.44	40	16.59
89	13.48	64	14.49	39	16.71
88	13.52	63	14.54	38	16.83
87	13.56	62	14.59	37	16.95
86	13.6	61	14.64	36	17.07
85	13.64	60	14.7	35	17.19
84	13.68	59	14.76	34	17.31
83	13.72	58	14.83	33	17.43
82	13.76	57	14.9	32	17.55
81	13.8	56	14.97	31	17.67
80	13.84	55	15.05	30	17.79
79	13.88	54	15.13	29	17.91
78	13.92	53	15.21	28	18.03
77	13.96	52	15.3	27	18.15
76	14	51	15.39	26	18.27

二、立定三级跳远

(一) 考试方法

1. 场地规格 (如图 1 所示)

- (1) 跳跃区与落地区在同一水平面内。
- (2) 起跳线至落地区远端的距离不得少于 10 米。
- (3) 起跳线至落地区 (沙坑) 距离, 男子不少于 6 米, 女子不少于 5 米。
- (4) 在起跳线和落地区 (沙坑) 之间至少有 1.22 米宽的塑胶地面或塔当道。
- (5) 考生可以采用钉鞋试跳, 钉鞋的规格须符合田径规则规定 (鞋钉长度不得超过 9 毫米)。



图 1 立定三级跳远场地图

(6) 起跳线至沙坑近端的距离, 男子均设 7 米、6 米, 女子均设 6 米、5 米, 在高考报名时, 考生必须确定其起跳线距离, 一旦确定, 在测试过程中则不能更改, 违者取消考试成绩。

2. 动作要求

(1) 考生原地双脚站立在起跳线后, 做预摆动作的过程中, 前脚掌不能离地, 如有违反者, 则判为试跳失败。

(2) 考生起跳时不能触及或超越起跳线, 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。

3. 测试方法

每位考生有三轮次试跳机会, 每轮次均测量成绩, 若考生有效成绩达到满分, 则不允许再次试跳。

4. 测量方法

(1) 考试采用钢尺丈量计取成绩。

(2) 测量最小单位以 1 厘米计算。

(3) 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。

(4) 如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评分。

(二) 评分标准

立定三级跳远评分标准详见“表 3 男子立定三级跳远考试评分标准”和“表 4 女子立定三级跳远考试评分标准”。

表 3 男子立定三级跳远考试评分标准

分 值	成 绩 (米)	分 值	成 绩 (米)	分 值	成 绩 (米)
100	9.50	75	8.75	50	7.70
99	9.47	74	8.72	49	7.65
98	9.44	73	8.69	48	7.60
97	9.41	72	8.66	47	7.55
96	9.38	71	8.63	46	7.50
95	9.35	70	8.60	45	7.45
94	9.32	69	8.56	44	7.40
93	9.29	68	8.52	43	7.35
92	9.26	67	8.48	42	7.30
91	9.23	66	8.44	41	7.25
90	9.20	65	8.40	40	7.20
89	9.17	64	8.36	39	7.15
88	9.14	63	8.32	38	7.10
87	9.11	62	8.28	37	7.05
86	9.08	61	8.24	36	7.00
85	9.05	60	8.20	35	6.95
84	9.02	59	8.15	34	6.90
83	8.99	58	8.10	33	6.85
82	8.96	57	8.05	32	6.80
81	8.93	56	8.00	31	6.75
80	8.90	55	7.95	30	6.70
79	8.87	54	7.90	29	6.65
78	8.84	53	7.85	28	6.60
77	8.81	52	7.80	27	6.55
76	8.78	51	7.75	26	6.50

表 4 女子立定三级跳远考试评分标准

分 值	成 绩 (米)	分 值	成 绩 (米)	分 值	成 绩 (米)
100	7.90	75	7.20	50	6.20
99	7.88	74	7.17	49	6.15
98	7.86	73	7.14	48	6.10
97	7.84	72	7.11	47	6.05
96	7.82	71	7.08	46	6.00
95	7.80	70	7.05	45	5.95
94	7.77	69	7.02	44	5.90
93	7.74	68	6.99	43	5.85
92	7.71	67	6.96	42	5.80
91	7.68	66	6.93	41	5.75
90	7.65	65	6.90	40	5.70
89	7.62	64	6.86	39	5.65
88	7.59	63	6.82	38	5.60
87	7.56	62	6.78	37	5.55
86	7.53	61	6.74	36	5.50
85	7.50	60	6.70	35	5.45
84	7.47	59	6.65	34	5.40
83	7.44	58	6.60	33	5.35
82	7.41	57	6.55	32	5.30
81	7.38	56	6.50	31	5.25
80	7.35	55	6.45	30	5.20
79	7.32	54	6.40	29	5.15
78	7.29	53	6.35	28	5.10
77	7.26	52	6.30	27	5.05
76	7.23	51	6.25	26	5.00

三、原地掷实心球

（一）考试方法

1. 场地与器材

（1）考试场地

① 投掷区：在宽 5 米、纵向长 3 米的区域内掷球，地面为塑胶材质，起掷线以 5 厘米宽白线后沿（投掷方向为前）为准。

② 落地区：考试在宽 5 米，纵向长 30 米的长方形场地内进行，场地边线和起掷线均用 5 厘米宽白线标定，边线线宽不包括在落地区域内，使用可产生明显落地痕迹的地面作为有效落地区。

（2）实心球

① 实心球球体为生胶铸造，球体内不得有空腔。球体直径 14 厘米(误差 ± 1 厘米)。

② 重量：男、女考试用球重量均为 2 公斤，超重不大于 30 克可用，重量不足的实心球不能用于考试。

③ 实心球球体表面应有防滑胶粒，胶粒高度小于 3 毫米。

2. 动作要求

（1）考生双脚前后或平行站立于起掷线后，双手持球于头上，双手同时用力将球经头上方向落地区方向掷出。

（2）在掷球过程中，出现单手掷球，判为犯规。

（3）双脚必须经静止站立后方可掷球，不可在走动或跑动中直接掷球。掷球前双脚不可离地或在地面滑动。实心球出手时，双脚可离地交换。

（4）掷球过程中，身体任何部位不可触及起掷线或起掷线前方地面。

（5）掷球后，向后离开投掷区，身体任何部位触及起掷线或起掷线前方地面离开投掷区，均被判为犯规。

3. 测试方法

（1）考试时，每名考生有 3 次轮流试掷机会，以其中最好有效成绩为最终考试成绩。在考试过程中，若考生有效成绩达到满分标准，则不允许进行后续的试掷。

（2）考试时，允许考生佩戴护腕；可以使用软式弹力带对腰部、肩部和肘部进行保护，不得使用含有钢板等材质的弹力带，**弹力带以出厂时的原装样式为准，且只能使用一条，不得叠加使用**；穿平底运动鞋，不得穿钉鞋。

（3）考试时，考生可以在手上涂镁粉，但不可将两个或两个以上手指缠在一起（开放性创口除外）进行掷球，不可在足底或足底地面放置防滑物质；**考生的投掷动作要规范，用力要合理适当。**

（4）测量的最小单位为 1 厘米，计取成绩得分时，以成绩对应的得分计取，若测量成绩在评分标准的两个相邻分值之间，则按其中较低的分值评分。

（5）测量方法：从实心球有效落地痕迹的最近点垂直测量至起掷线后沿。使用钢尺丈量计取成绩。

（二）评分标准

原地掷实心球评分标准详见“表5 男子原地掷实心球考试评分标准”和“表6 女子原地掷实心球考试评分标准”。

表5 男子原地掷实心球考试评分标准

分值	成绩（米）	分值	成绩（米）	分值	成绩（米）
100	19.34	75	16.59	50	11.79
99	19.23	74	16.41	49	11.55
98	19.12	73	16.23	48	11.31
97	19.01	72	16.05	47	11.07
96	18.90	71	15.87	46	10.83
95	18.79	70	15.69	45	10.59
94	18.68	69	15.51	44	10.35
93	18.57	68	15.33	43	10.11
92	18.46	67	15.15	42	9.87
91	18.35	66	14.97	41	9.63
90	18.24	65	14.79	40	9.39
89	18.13	64	14.61	39	9.15
88	18.02	63	14.43	38	8.91
87	17.91	62	14.25	37	8.67
86	17.80	61	14.07	36	8.43
85	17.69	60	13.89	35	8.19
84	17.58	59	13.71	34	7.95
83	17.47	58	13.53	33	7.71
82	17.36	57	13.35	32	7.47
81	17.25	56	13.17	31	7.23
80	17.14	55	12.99	30	6.99
79	17.03	54	12.75	29	6.75
78	16.92	53	12.51	28	6.51
77	16.81	52	12.27	27	6.27
76	16.70	51	12.03	26	6.03

表 6 女子原地掷实心球考试评分标准

分值	成绩（米）	分值	成绩（米）	分值	成绩（米）
100	12.83	75	11.08	50	8.08
99	12.76	74	10.97	49	7.92
98	12.69	73	10.86	48	7.76
97	12.62	72	10.75	47	7.60
96	12.55	71	10.64	46	7.44
95	12.48	70	10.53	45	7.28
94	12.41	69	10.42	44	7.12
93	12.34	68	10.31	43	6.96
92	12.27	67	10.20	42	6.80
91	12.20	66	10.09	41	6.64
90	12.13	65	9.98	40	6.48
89	12.06	64	9.87	39	6.32
88	11.99	63	9.76	38	6.16
87	11.92	62	9.65	37	6.00
86	11.85	61	9.54	36	5.84
85	11.78	60	9.43	35	5.68
84	11.71	59	9.32	34	5.52
83	11.64	58	9.21	33	5.36
82	11.57	57	9.10	32	5.20
81	11.50	56	8.99	31	5.04
80	11.43	55	8.88	30	4.88
79	11.36	54	8.72	29	4.72
78	11.29	53	8.56	28	4.56
77	11.22	52	8.40	27	4.40
76	11.15	51	8.24	26	4.24

IV.专项基础考试方法和评分标准

一、足球

(一) 非守门员考试内容:

1. 传准

1) 考试方法: 如图 1 所示, 传球目标区域由一个五人制足球门(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)至起点线垂直距离为男子 28 米, 女子 23 米。考生须将球置于起点线上(线长 5 米, 宽 0.1 米), 向目标区域连续传球 6 次, 左右脚均可, 脚法不限。

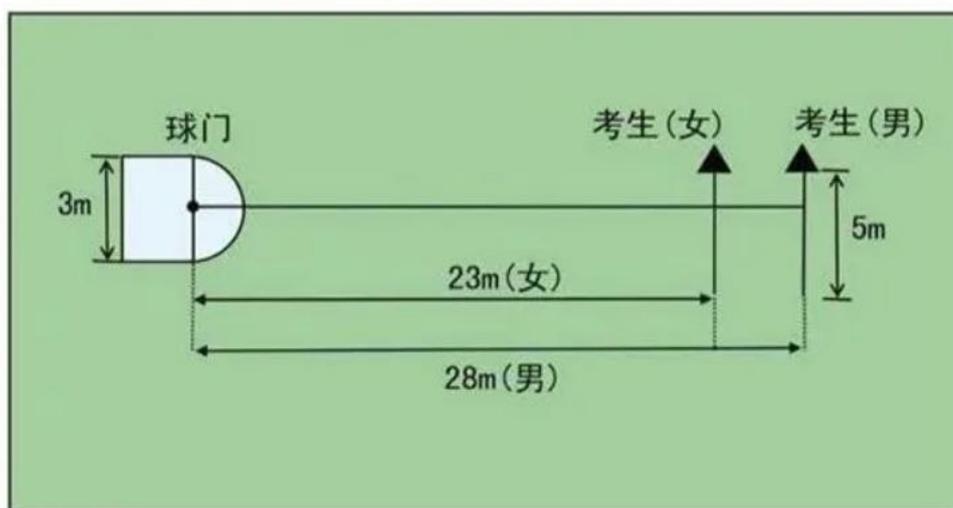


图1 传准场地示意图

评价标准: 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)即得 20 分, 考生每人只有一次测试机会, 每人可有 6 次传准机会, 满分 100 分。最终得分: 技评占 30%, 达标 70%。

(二) 守门员考试内容:

1. 传准

完成上述测试内容。

2. 掷远与踢远

1) 考试方法: 如图 2 所示, 在球场适当位置画一条 15 米线段作为测试区横宽, 从横线两端分别向场内垂直画两条 60 米以上平行直线作为测试区纵长, 标出距离数。考生站在起点线后, 原地或助跑均可以, 先将球以手掷远 2 次(允许带手套进行), 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），出球前身体的任何部位都不能过起点线，出球后可以过线，各取其中最好一次成绩相加为最终成绩。每次掷、踢球的落点必须在测试区横宽以内，否则不计成绩。

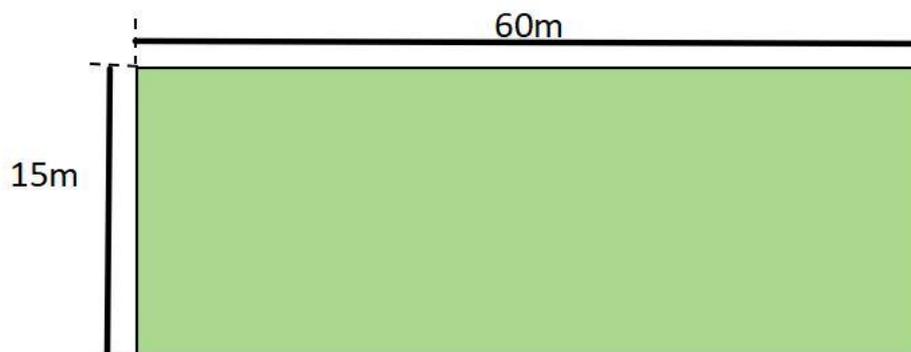


图2 掷远与踢远场地示意图

2) 评价标准：见表 1。

表1 掷远与踢远评分标准

分值	成绩（米）	
	男	女
100	75	60
90	70	55
80	65	50
70	60	45
60	55	40
50	50	35
40	45	30
30	40	25
20	35	20
10	30	15

二、篮球

(一) 篮球专项考试内容

- 1.多种变向运球上篮
- 2.一分钟投篮

(二) 篮球专项考试评分标准

成绩比例分配：其中达标占 70%，技评占 30%

考试内容：

1.多种变向运球上篮

1) .考试方法：如图（1）所示，考生在球场端线中点外出发区持球站立，当其身体任意部位穿过端线外沿的垂直面时开始计时。考生用右手运球至①处，在①处做右手背后运球，换左手向②处运球，至②处做左手后转身运球，换右手运球至③处，在③处做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，在③处做左手背后运球，换右手向②处运球，在②处做右手后转身运球，换左手向①处运球，在①处做左手胯下运球后左手上篮。球中后做同样的动作再重复一次，最后一次上篮命中后，持球冲出端线，考生身体任意部位穿过端线外沿垂直

面时停止计时，记录完成的时间。每人测试 2 次，取最好成绩。

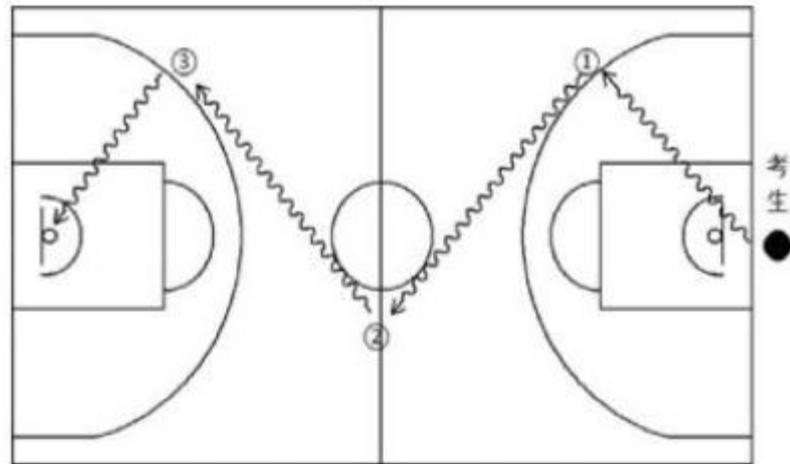
篮球场地上的标志①、②、③为以 40 厘米为半径的圆圈。①、③圆圈中心点到端线内沿的距离为 6 米，到边线内沿的距离为 2 米。②在中线上，到中圈中心点的距离为 2.8 米。

2) .考试要求：

- （1）考生在考试时必须任意一脚踩到圆圈线或圆圈内地面，方可运球变向，否则视为无效，不予计分；
- （2）运球上篮时必须投中，若球未投中仍继续带球前进，则视为无效，不予计分。
- （3）考生在运球行进的过程中不得违例，每次违例计时追加 1 秒；
- （4）必须使用规定的手上篮，错 1 次，计时追加 1 秒；胯下变向运球时，必须从体前由内侧向外侧变向运球换手，且双脚不能离开地面，错 1 次计时追加 1 秒。

评分标准：详见评分标准表

图（1）多种变向运球上篮线路图



2. 一分钟投篮

1). 考试方法:

(1) 中锋测试方法: 在以篮圈中心投影点为圆心, 4.65 米为半径所划的弧线外自投自抢。受测者持球站在 4.65 米外任何处准备, 当听到开始口令后, 进行 2 分球自投自抢跳投, 直到一分钟时间到口令下达时停止。记录投篮和投中的次数。每人测试 2 次, 取最好成绩为最终成绩 (图 2)。

(2) 前锋测试方法: 受测者持球站在三分线外任何处准备, 当听到口令后开始投篮, 受测者进行 3 分球自投自抢, 直到一分钟时间到口令下达时停止。记录投篮和投中的次数, 每人测试 2 次, 取最好成绩为最终成绩。



图（2）内、外线投篮区

要求：

- (1) 每次投篮不得踩线，踩线投中无效。
- (2) 受测者开始投篮前必须站在三分线或 4.65 米外准备等待开始。
- (3) 每次投篮后，自抢篮板运球至投篮线外，不得走步或运球违例。
- (4) 中锋投篮时双脚必须离开地面，否则进球无效。前锋不规定必须跳投。
- (5) 前锋考生一分钟必须达到 9（男）、7（女）次及以上投篮，中锋考生一分钟必须达到 11（男）、9（女）次及以上投篮，少于上述次者本次测试成绩无效。

若两次投篮考试均未能到达上述次数者，成绩为 0 分。

评分标准：详见评分标准表

凡违反上述要求，裁判员立即大声告知，并要求运动员从违例地点重新开始运球且计时表不停。

技术评价（占比 30%）

- 1.考察考生专项技术动作的标准程度。
- 2.考察考生专项技术动作的流畅程度。

注：计算方法

篮球专项测试百分制成绩=（多种变向运球上篮得分 + 一分钟投篮得分）×70%+技术评价得分×30%。

男子评分标准

中锋一分钟投篮(50分)		多种变向运球上篮(50分)	
成绩(投中)	分值	成绩(秒)	分值
8	50	38	50
7	46	39	48
6	42	40	46
5	38	41	44
4	34	42	42
3	30	43	40
2	26	44	38
1	22	45	36
0	20	46	34
前锋一分钟投篮(50分)		47	32
成绩(投中)		48	30
分值		49	28
6	50	50	26
5	45	51	24
4	40	52	22
3	35	53	20
2	30	54	18
1	25	55	16
0	20	56	14
		57	12
		58	10
		59	8
		60	6
		61	4
		62	2

女子评分标准

中锋一分钟投篮(50分)		多种变向运球上篮(50分)	
成绩(投中)	分值	成绩(秒)	分值
6	50	41	50
5	45	42	49
4	40	43	48
3	35	44	47
2	30	45	46
1	25	46	46
0	20	47	45
前锋一分钟投篮(50分)		48	44
成绩(投中)	分值	49	43
4	50	50	42
3	45	51	41
2	40	52	40
1	35	53	38
0	20	54	36
		55	34
		56	32
		57	30
		58	28
		59	26
		60	24
		61	22
		62	20
		63	18
		64	16
		65	14
		66	12

三、排球

(一) 排球专项考试内容

自垫球考试要求垫球技术动作规范，全身用力协调，控球能力强，垫球高度超过头上1米至1.5米以上，连续击球不可出现持球动作。

(二) 排球专项考试评分标准

成绩比例分配：其中达标占70%，技评占30%

排球自垫球评分标准详见“表1自垫球达标成绩评分表”和“表2自垫球技评成绩评分表”。

表1 自垫球达标成绩评分表

垫球数	80	79	78	77	76	75	74	73	72	71	70	69
得分数	100	99	98	97	96	95	94	93	92	91	90	89
垫球数	68	67	66	65	64	63	62	61	60	59	58	57
得分数	88	87	86	85	84	83	82	81	80	79	78	77
垫球数	56	55	54	53	52	51	50	49	48	47	46	45
得分数	76	75	74	73	72	71	70	69	68	67	66	65
垫球数	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33
得分数	64	63	62	61	60	59	58	57	56	55	54	53

表2 自垫球技评成绩评分表

得分数	30	25	20	15	10
技评标准	垫球技术动作规范，全身用力协调，控球能力强，垫球高度超过头上1.5米以上	垫球技术动作较规范，全身用力较协调，控球能力较好，垫球高度超过头上1—1.5米以上	垫球技术动作一般，全身用力不够协调，控球能力一般，垫球高度超过头上1米以上	垫球技术动作一般，全身用力不协调，控球能力较差，垫球高度超过头上1米以上	垫球技术动作一般，全身用力不协调，控球能力差，垫球高度超过头上米以上

四、乒乓球

(一) 考试内容

乒乓球考试内容见下表：

序号	考试内容（项目）	分数分配
1	左推右攻、两面攻或正反手削球	15
2	发球抢攻	25
3	实战能力	40
4	专项素质	20
合计		100

(二) 陪考员：由考场选派乒乓球一级以上运动员陪测。

(三) 考试方法及评分标准

1. 左推右攻、两面攻或正反手削球

(1) 考试方法：考生只进行一次测试。考生自己选择左推右攻、两面攻或正反手削球内容进行测试。陪考员发 70 个上旋球分别向考生的左 1/3 台和右 1/3 台供球。考生正反手回球必须落在指定的左（右）1/4 台区为 1 组，从陪考员发出第一个球开始计时，计算考生命中的累计组数。

(2) 评分标准及办法

①达标：满分为 12 分。左推右攻或两面攻累计 8 组（含 8 组）以下者不计分；9—31 组以上者，每 2 组得 1 分（不足 2 组不计分）。正反手削球累计 4 组（含 4 组）以下者不计分，5—16 组以上者，每组得 1 分。考生失误不扣分，累积计数。详见表 1。

②技评：满分为 3 分。见表 2。

2. 发球抢攻

(1) 考试方法：考生有 10 次发球机会，必须在三板抢攻到直线和斜线各 5 个，抢攻不到线不予计数，自主选择在正手位或在侧身位抢攻，陪练失误不影响成绩。

(2) 评分标准及办法

①达标：满分为 20 分。发球抢攻累计每抢攻 1 个成功者得 2 分，抢攻 1—10 个成功者分别可得 2—20 分。

②技评：满分为 5 分。见表 2。

3. 实战能力

(1) 测试方法

①组织考试者比赛，5人以下（包括5人）采用单循环赛，5人以上采用分组循环再交叉淘汰的方法排列名次，比赛采用三局二胜制或一局一胜制。

②比赛由考评组负责组织，由陪测学生担任临场裁判。

(2) 评分标准

比赛成绩包括比赛和实战能力两部分，各部分评分标准如下：

①比赛（30分）：根据考试者在比赛中的名次进行分档排列，各档次对应分值见表3。

②实战能力（10分）：实战能力由评委进行评分，去掉最高分和最低分，取其平均分为该考生的最后得分。评委根据考生情况，将考生实战能力的战术意识和比赛作风分为优、良、中和差四类进行评定，各类对应的分值及评分标准见表4。

4. 专项素质

交叉手摸台角

(1) 考试方法：考生站在球台边线中间做好准备。听到口令后可采用跳步、并步或交叉步开始移动，用右（左）手分别摸左（右）台角，摸到底线为一次。

(2) 评分标准：在规定时间内30秒内，计摸台角的有效次数，对应分值见表5

表1 专项技能考试乒乓球技术达标项目评分标准

左推右攻或两面攻（组）	正反手削球（组）	分值
31	16	12
29	15	11
27	14	10
25	13	9
23	12	8
21	11	7
19	10	6
17	9	5
15	8	4
13	7	3
11	6	2
9	5	1

表2 专项技能考试乒乓球技术技评项目评分标准

内容	优	良	中	差
左推右攻 (两面攻或正 反手削球)	1. 步法协调 2. 动作规范, 连贯性好	1. 步法较协调 2. 动作较规范, 连贯性较好	1. 步法一般 2. 动作基本规范 3. 击球质量一般	1. 步法较差 2. 动作不规范 3. 击球质量较差

	3. 击球质量好	3. 击球质量较好		
各级评分	2.6分—3分	2.1分—2.5分	1.1分—2分	1分以下

内容	优	良	中	差
发球抢攻	动作协调，稳、准、狠，无失误	动作协调，攻球到线，球速较快，弧线低，成功率较高	动作基本协调，攻球基本到线，球速稍慢，弧线低，成功率稍低	动作基本协调，攻球偶尔不到线，球速较慢，弧线偏高，成功率较低
各级评分	4分—5分	3分—4分	2分—3分	2分以下

表3 乒乓球专项考试比赛项目评分标准表（30分）

档次	比赛名次	分值
第一档	1—2名	25—30分
第二档	3—5名	15—25分
第三档	6—8名	10—15分
第四档	9—10名	1—10分

表4 专项技能考试乒乓球实战能力技评项目评分标准

内容	优	良	中	差
发球抢攻能力	发球质量高、发抢意识强	发球质量较高、发抢意识较强	发球质量与发抢意识一般	发球质量与发抢意识较差
接发球能力	接发球控制与主动上手能力强	接发球控制与主动上手能力较强	接发球控制与主动上手能力一般	接发球控制与主动上手能力较差
攻防转换能力	相持或被动时控制与反攻的意识和能力强	相持或被动时控制与反攻的意识和能力较强	相持或被动时控制与反攻的意识和能力一般	相持或被动时控制与反攻的意识和能力较差
战术变化能力	战术应变能力强	战术应变能力较强	战术应变能力一般	战术应变能力较差
比赛作风	每分必争，敢打敢拼	比赛态度认真，较顽强	比赛态度较认真，顽强	比赛态度不够认真，自暴自弃
各级评分	8.6分—10分	7.6分—8.5分	6分—7.5分	5.9分以下

表5 专项技能考试乒乓球素质项目（交叉手摸台角）评分标准

分值	男	女
20	41	38
18	40	37
16	39	36
14	38	35
12	37	34

10	36	33
8	35	32
6	34	31
4	33	30
2	32	29

五、羽毛球

(一) 羽毛球考试内容

序号	考试内容	分数分配
1	正手击高远球技术达标	70
2	正、反手挑球技术评定	30
合计		100

(二) 考试方法及评分标准

1. 正手击高远球达标 70%

① 考试方法：受试者站在单打场地的指定的位置开始，向后移动接陪测员发来的高远球，击直线高远球至有效区域，然后回到开始的指定位置，再次向后移动接陪测者发来的高远球，击斜线高远球至有效区域，如此重复进行击 10 个球的考试。受试者只进行一次测试，可自由选择向左后或右后移动的其中一条线路。

② 击高远球有效区域：由单打边线、端线、中线、及距端线 1.2 米处划一横线所构成的长方形为高远球有效区域（如图一）。

③ 技术达标评分标准： 100 分（详见评分表，占 70%）

正手击高远球	击中个数	分数
	7	100
	6	90
	5	80
	4	70
	3	60
	2	50
	1	40

2. 正、反手挑球技评 30%

① 考试方法：由陪测员按顺序向左、右前场区各抛 5 个网前球，受试者站在场地的指定位置开始，用前场步法移动到右前场区，用正手挑直线球落入有效区域，然后回到指定位置，用前场步法移动到左前场区，用反手挑直线球落入有效区域；受试者每次击球后须回到指定位置，一左一右或

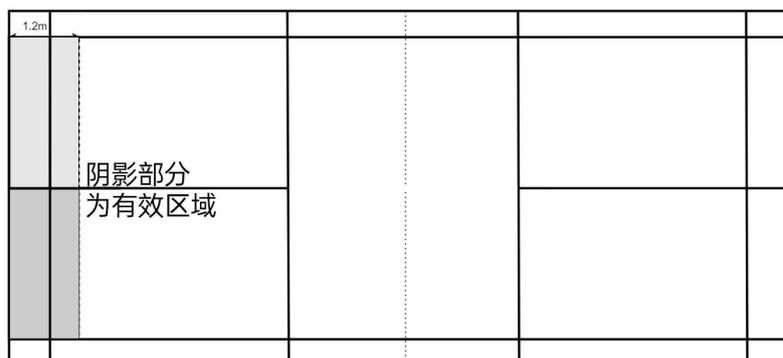
一右一左交替挑 10 个直线球，且击出的球要有一定的高度；正、反手挑球累计至少 3 个球落入有效区域才能给予技术评定成绩；受试者只进行一次测试。

②正、反手挑球有效区域：由单打边线、端线、中线、及距端线 1.2 米处划一横线所构成的长方形为正、反手挑球有效区域（如图一）。

③技术评定评分标准：100 分(详见评分表，占 30%)

分值	技术评定标准
90-100 分	正、反手挑球动作准确、连贯、协调、不违例, 击出的球有一定的高度与速度, 并且球拍只击中球托; 步法的移动连贯、衔接好
80-89 分	正、反手挑球动作较准确、协调, 不违例, 击出的球有一定的高度; 步法的移动连贯
70-79 分	正、反手挑球动作基本准确、协调, 不违例, 击出的球高度不够; 步法的移动较连贯
60-69 分	正、反手挑球动作不太准确, 不违例, 但仍能把球击出; 步法的移动基本连贯
60 分以下	正、反手挑球动作不准确、不协调, 击出的球达不到考试的有效区域; 步法的移动不连贯

附图一：正手击高远球、正、反手击挑球落点有效区域图



六、网球

(一) 测试指标与分值

考试内容	指标	分值
实战能力 (40 分)	比赛	40 分
基本技术 (30 分)	底线正拍击球	10 分
	底线反拍击球	10 分
	发球	10 分
专家评分 (30 分)	技术评定	30 分

(二) 测试方法与评价标准

1. 实战能力 (40 分)

赛制：比赛均采用一盘 6 局平局决胜制，无占先计分法，局数 6:6 时抢 7 决胜。

1) 测试方法 (根据报名人数进行机动调整)

- (1) 报名人数 ≥ 2 人：所有报名的考生采用统一编排比赛；
- (2) 报名人数 < 2 人：比赛对手为在校内招高水平运动员；

2) 比赛成绩评定

比赛成绩评定：第一至三名比赛成绩依次递减两分，第三名后依次递减三分。

名次	分值
第一名	40
第二名	38
第三名	36
第四名	33
第五名	30
第六名	27
第七名	24
第八名	21

2.基本技术（30分）

1) 底线正拍击球（10分）

（1）测试方法

被测试者站在底线用正拍移动击球，击球10次，必须将球击落在单打区域内。

（2）成绩评定

考生将球打进单打区域一球得1分，共10分。

2) 底线反拍击球（10分）

（1）测试方法

被测试者站在底线用反拍移动击球，击球10次，必须将球击落在单打区域内。

（2）成绩评定

考生将球打进单打区域一球得1分，共10分。

3) 发球（10分）

（1）测试方法

被测试者在一区和二区发球各5个。

（2）成绩评定

考生将球发至发球区域一球得1分，共10分。

（三）技术评定（30分）

根据考生综合技战术意识、比赛临场心理素质、打法类型及特点、身体条件及潜能进行综合评定。

七、武术

测试指标（表 1--1）：

表 1--1

类别	专项技术		实战能力	
	正踢腿	腾空飞脚	拳术	器械
所占比例	30%		70%	

（一）专项技术测试内容、方法及评分标准

1、正踢腿：（15 分）

（1）考试方法：考生身体正直，挺胸、收腹、立腰。要求踢腿时，摆动腿挺膝伸直，脚尖勾起绷落；收髻猛收腹，踢腿过腰后加速，要有寸劲。原地正踢腿：支撑腿伸直，另一腿快速向上摆踢，脚需过肩。

（2）评分标准：考评员参照正踢腿评分细则（评分标准按表 1--2）

表 1--2

等级（分值范围）	评价标准
优（10--8.6 分）	凡符合摆动腿挺膝伸直，且其余三点（支撑腿挺直，上体正直，摆动腿脚尖触及额头）都符合技术要求。
良（8.5--7.6 分）	凡符合摆动腿挺膝伸直，且其余三点（支撑腿挺直，上体正直，摆动腿脚尖触及额头）符合两点技术要求。
中（7.5--6 分）	凡符合摆动腿挺膝伸直，且其余三点（支撑腿挺直，上体正直，摆动腿脚尖触及额头）符合一点技术要求。
差（6 分以下）	凡符合摆动腿挺膝伸直，且其余三点（支撑腿挺直，上体正直，摆动腿脚尖触及额头）均不符合技术要求。

2、腾空飞脚：（15 分）

（1）考试方法：考生在空中，左腿屈膝收控于腹前，右腿踢摆时击响腿脚尖过肩，击响时，击掌，拍脚连续，准确，响亮；上体正直或微向前倾，落地时，起跳脚先着地。

（2）评分标准：考评员参照腾空飞脚评分细则（表 1--3）独立对考生的技术完成情况进行评定，采用 10 分制打分，分数至多可到小数点后 1 位。

表 1--3

等级（分值范围）	评价标准
优（10--8.6分）	凡符合起跳脚先着地，且其余三点（左腿屈膝，连续击掌、拍脚，摆动腿脚尖过肩）符合三点技术要求。
良（8.5--7.6分）	凡符合起跳脚先着地，且其余三点（左腿屈膝，连续击掌、拍脚，摆动腿脚尖过肩）符合两点技术要求。
中（7.5--6分）	凡符合起跳脚先着地，且其余三点（左腿屈膝，连续击掌、拍脚，摆动腿脚尖过肩）符合一点技术要求。
差（6分以下）	凡符合起跳脚先着地，且其余三点（左腿屈膝，连续击掌、拍脚，摆动腿脚尖过肩）均不符合技术要求。

（二）拳术、器械套路技术测试方法及评分标准：

套路技术（70分）

1. 测试内容：

- 1) 自选项目：长拳、太极拳、南拳、剑术、刀术、枪术、棍术、太极剑、南刀、南棍
- 2) 传统拳术、传统器械、太极拳剑

2. 评分方法：

- 1) 选拳术或器械套路一套。
- 2) 套路测试在 8 米×14 米的场地上进行。
- 3) 完成套路时间：自选套路，其他拳术及器械不得少于 1 分钟，自选太极剑、太极拳时间为 2--3 分钟。
- 4) 评分标准按照最新《国际武术套路竞赛规则》执行，传统套路评分方法按照规定中“无难度组别要求的评分标准”进行评分，动作质量和演练水平各占 5 分，满分为 10 分。一个套路的总分为该套路（10 分制）。

动作质量

运动员现场完成套路时，动作规格与要求不符，每出现一次扣 0.10 分；其他错误每出现一次扣 0.10~0.30 分。

演练水平

演练水平的评分包括演练水平等级的评分和套路编排的扣分。

(1) 演练水平等级的评分

演练水平的总体要求是：劲力充足，用力顺达，力点准确，手眼身法步配合协调（器械项目需身械协调），节奏分明，风格突出，内容充实，编排合理，动作与音乐和谐一致。

(2) 演练水平等级的评分标准：按劲力、协调、节奏、风格、配乐的评分标准分为3档9级。其中，5.00~4.21分为好，4.20~3.01分为一般，3.00~1.51分为不好。（见表1--4）

表1--4：传统拳术、传统器械、太极拳剑、无难度组别要求演练水平的等级评分标准表

档次	级别	分数段	评分标准
好	①级	5.00~4.81	劲力充足，用力顺达，力点准确，手眼身法步及身械配合协调，节奏分明，风格突出为“好”
	②级	4.80~4.51	
	③级	4.50~4.21	
一般	④级	4.20~3.81	劲力较充足，用力较顺达，力点较准确，手眼身法步及身械配合协调，节奏较分明，风格较突出为“一般”
	⑤级	3.80~3.41	
	⑥级	3.40~3.01	
不好	⑦级	3.00~2.51	劲力不充足，用力不顺达，力点不准确，手眼身法步及身械配合不协调，节奏不分明，风格不突出为“不好”
	⑧级	2.50~2.01	
	⑨级	2.00~1.51	

(3) 套路编排的扣分

运动员完成套路时，每增加或缺少一个规定的动作内容扣0.20分。结构、布局、音乐与要求不符者，根据不同程度错误扣0.10~0.50分。

八、田径

田径各专项成绩评定方法：任选下列一项进行考试。

考试得分按照 100 分制计算，各专项成绩计算方法：达标成绩占 70%，技术评定占 30%进行计算。

1. 100 米考试参照基本素质 100 米评分标准；
2. 立定三级跳远参照基本素质立定三级跳远评分标准；
3. 原地掷实心球参照基本素质原地掷实心球评分标准；