

# 湖南化工职业技术学院

---

## 2026年艺术、体育特长生高职单招方案

为进一步推进我院体育、艺术后备人才的培养，规范特长生的招生工作，根据湖南省教育厅《关于做好湖南省2026年高职（高专）院校单独招生工作的通知》（湘教发〔2026〕1号）有关要求，结合学院实际，特制订本招生方案。

### 一、招生项目与计划

我院艺术、体育特长生招生计划严格按照湖南省教育厅有关规定执行，计划总数26人。其中艺术特长生计划7人，体育特长生计划19人。具体各项目计划如下：

类型	项目	具体小项目及性别要求	专业控制最低分数线	计划数
艺术特长生	舞蹈类		180分	5
	音乐类	声乐	180分	2
体育特长生	篮球	男子篮球	180分	3
	田径		180分	3
	跆拳道		180分	2
	足球	男子足球	180分	4
	武术		180分	3
	排球	女子排球	180分	4

---

## **二、报考条件**

1. 符合湖南省 2026 年普通高考(含对口招生考试)报名条件并已参加高考报名的人员, 未参加高考报名的学生不能参加单招考试及录取。

### **2. 艺术特长生报考条件**

高中阶段所获荣誉与成绩, 符合以下条件之一: (1)在市州及以上教育、体育、文化等行政部门主办的赛事中, 个人项目获得前 6 名或集体项目获得前 3 名的考生, 可报考对应专业项目; (2)取得湖南省普通高校艺术类专业省级统考成绩 180 分及以上的应届考生, 可报考对应专业项目; (3)舞蹈类考生, 取得由北京舞蹈学院或中国舞蹈家协会颁发的八级及以上舞蹈考级证书, 其他机构颁发的证书不予以认可; 音乐类考生, 取得由中国音乐学院或中央音乐学院颁发的八级及以上音乐考级证书, 其他机构颁发的证书不予以认可。所获成绩及奖项限于报所对应的专业项目。

### **3. 体育特长生报考条件**

高中阶段在市州及以上教育、体育、文化等行政部门主办的赛事获得个人项目前 6 名或集体项目前 3 名的考生, 或具备运动员国家二级等级证书; 所获成绩及奖项限于报所对应的专业项目。

## **三、报考流程**

1. 参加全省单招统一报考。

2. 报考时间: 2026 年 2 月 26 日 8:00 至 3 月 4 日 17:00 结束。

3. 注意事项: 艺术和体育特长生考生可在所有专业范围内自行选择报考。考生在填报我院志愿时, 需确定是否选择专业服从调剂。

## **四、资格审查**

拟报考 C 类(艺术、体育特长生)的考生须在填报志愿前，按照《湖南化工职业技术学院 2026 年艺术、体育特长生高职单招方案》，于 2 月 4 日 17:00 前将有关证明材料原件扫描件发送指定邮箱。

## **五、现场确认**

取得艺术、体育特长生报考资格的考生，请于 2026 年 3 月 14 日下午在我院专项测试开始前进行现场确认。确认要求：考生需带本人身份证原件和相关证书原件及比赛秩序册和比赛成绩册。

## **六、专项测试**

1. 体育测试时间及地点。我院体育特长生专项测试安排在 2026 年 3 月 14 日下午，具体测试地点为：学院田径场(详见准考证)。

2. 体育专项测试及要求如下：按学校体育特长生测试方案实施，体育专项测试成绩低于 180 分不予录取。

## **七、文化素质测试**

艺术、体育特长生都需要参加我院组织的文化素质测试和专业测试，与 B 类考生文化素质测试使用同一张试卷。

## **八、合格考生名单确定与公示**

艺术体育特长生的资格证明材料经学院审核并公示 5 日无异议后，方可填报对应的招生类别志愿。考生名单将在 2026 年 2 月 7 日前通过我院招生网([www.hnhgzy.com/zsb/](http://www.hnhgzy.com/zsb/))发布。若未

取得我院资格审核通过认定的考生，志愿类别填报错误造成的后果，由考生本人承担。

## 九、录取原则

1. 艺术、体育特长生可选择我院高职单招任意一个招生专业，我院将按照分数优先的原则进行录取。同一个招生专业录取艺术、体育特长生的人数分别不超过 3 人。

2. 综合成绩计算方式：综合成绩=文化素质测试成绩+专项测试成绩。文化素质测试总分为 300 分，专项测试成绩总分为 300 分。

3. 录取办法：

(1) 严格按照专项的计划数，依据取得合格资格考生的综合成绩从高分到低分进行排序录取，总分相同情况下依次按照专项、文化测试成绩之和、语文、数学、英语测试成绩排序；若某专项生源不足时，或达专项合格线人数不足时，所剩计划依次调整到田径(1 人)、武术(1 人)、跆拳道(1 人)、女子排球(1 人)、男子足球(1 人)、男子篮球(1 人)专项录取，如仍然没有完成计划，则转为录取普通类单招考生。

(2) 艺术、体育特长生文化素质测试成绩不低于 120 分，专业测试成绩不低于 180 分，未合格的不予录取。

## 十、入校复查

新生入学后 3 个月内，学院按照招生政策规定对新生报名资格、身心状况、录取手续及程序、录取资格、优惠资格及相关证明材料等进行复查复核。对复查复核发现的问题，学院将集中研

究处理，凡属弄虚作假者，一经查实，取消其入学资格。对于弄虚作假情节严重或涉嫌冒名顶替上大学的，移送相关部门调查处理。

## **十一、监督机制**

我院纪委对特长生招生考试工作进行全程监督，如发现我院特长生招生工作存在违纪违规行为，请直接向学院纪委反映，监督电话：0731-22537692。

## **十二、联系方式**

招生咨询电话：0731-22537639

电子邮箱：51551300@qq.com

## **十三、其他事项**

本方案适用于我院 2026 年艺术、体育特长生高职单招。其解释权属于湖南化工职业技术学院。如遇教育部、湖南省教育厅相关招生政策调整，以公布的最新政策为准。

附件：1. 湖南化工职业技术学院 2026 年单独招生考试艺术  
特长生测试项目及评分标准  
2. 湖南化工职业技术学院 2026 年单独招生考试体育  
特长生测试项目及评分标准

湖南化工职业技术学院

2026 年 1 月 12 日

## 附件 1

# 湖南化工职业技术学院 2026 年单独招生考试艺术特长生 测试项目及评分标准

## 项目一 音乐类(声乐)

### 一、测试指标及所占分值

类别	测试项目	测试内容	分值
专业基本素质	音准节奏与嗓音条件	音准、节奏感、音域及嗓音天赋	100 分
专业技能	演唱技巧与发声方法	呼吸支持、共鸣运用、咬字吐字、作品难度	100 分
综合表现能力	作品表现与舞台风貌	情感表达、风格把握、舞台感染力	100 分

### 二、测试方法与评分标准

#### (一)专业基本素质：音准节奏与嗓音条件(100 分)

1. 测试方法：考生通过演唱自选曲目展示。考评员重点考核考生的自然嗓音条件(音色、音质)、音准稳定性及节奏准确性。

2. 评分标准：

等级	分值范围	评分标准
优	90-100 分	嗓音条件极佳，音色纯净优美；音准极好，无跑调现象；节奏感强，律动准确；音域宽广。
良	80-89 分	嗓音条件较好，音色较悦耳；音准良好，偶有微小偏差但不影响整体；节奏基本准确。
中	70-79 分	嗓音条件一般；音准存在不稳定现象，有少量离调；节奏感一般，偶有拖拍或抢拍。
差	60-69 分	嗓音条件较差(沙哑、发暗)；音准差，跑调明显；节奏混乱。
不合格	60 分以下	无法完成演唱，五音不全，完全无节奏感。

## (二)专业技能：演唱技巧与发声方法(100分)

1. 测试方法：结合自选曲目，考核发声方法的科学性及技术难度。唱法不限(美声、民族、流行均可)，要求方法统一。

2. 评分标准：

等级	分值范围	评分标准
优	90-100 分	发声方法科学，气息支持强，共鸣通道畅通；咬字吐字清晰圆润；作品技术难度大，高低音转换自如，控制能力强。
良	80-89 分	发声方法基本正确，气息较稳；咬字较清晰；作品有一定难度，能够较好地完成技术片段。
中	70-79 分	发声方法一般，气息较浅，喉音或挤压感较明显；咬字稍显模糊；作品难度低，完成度一般。
差	60-69 分	发声方法错误(大白嗓、喊唱)；气息上浮；无法完成作品中的高音或技巧段落。
不合格	60 分以下	无任何演唱技巧，出现破音、断气等重大失误。

## (三)综合表现能力：作品表现与舞台风貌(100分)

1. 测试方法：考生自备1-2首歌曲(中外作品不限)，现场演唱1首(如考官叫停不影响成绩)。考生需自备伴奏音乐(MP3格式，U盘存储)，也可清唱或自带钢伴(考场提供钢琴)。

2. 评分标准：

等级	分值范围	评分标准
优	90-100 分	情感真挚，对作品风格把握准确；舞台台风端正，气质佳，感染力强；演唱完整流畅，艺术表现力极高。
良	80-89 分	有一定的情感投入，风格较统一；台风较好；演唱完整，能基本表达歌曲意境。
中	70-79 分	演唱完整，但情感平淡，缺乏起伏；对作品风格理解一般；舞台表现拘谨。
差	60-69 分	演唱中断或忘词；完全无情感表达；舞台形象邋遢或举止失当。
不合格	60 分以下	无法完整演唱作品，或表现内容低俗。

## 三、测试注意事项

1. 伴奏要求：

声乐类：支持使用钢琴伴奏(需自带伴奏人员，或考场提供钢琴自行弹唱)或使用

音频伴奏(MP3 格式，U 盘存储)。

2. 着装要求：考生应穿着得体大方，建议穿着演出服或正装，不得穿着拖鞋、背心等进入考场。

3. 候考纪律：考生进入考场后，除自我介绍(仅报抽签号，不得报姓名)外，不得喧哗。

## 项目二 舞蹈类

### 一、测试指标及所占分值

类别	测试项目	测试内容	分值
专业基本素质	基本功展示	软开度(三面叉、下腰)、控制等	100 分
专业技能	技术技巧组合	跳、转、翻等各类技术技巧展示	100 分
综合表现能力	剧目表演	自选舞蹈剧目片段(风格不限)	100 分

### 二、测试方法与评分标准

#### (一)专业基本素质：基本功展示(100分)

##### 1. 测试方法：

竖叉(左、右腿)、横叉；

下腰(站立下腰，手抓脚踝)；

搬腿(前、旁、后，任选一方向展示控制能力)。

##### 2. 评分标准：

考评员根据考生的身体柔韧性、软开度、动作规范性及身体形态进行综合评定。

等级	分值范围	评分标准
优	90-100分	软开度极佳，三面叉均超过180度；下腰抓脚踝轻松，脊柱柔韧性好；身体形态修长，肌肉线条流畅，动作极其规范。
良	80-89分	软开度较好，竖叉、横叉能贴地(180度)；下腰动作流畅；身体形态较好，动作较为规范。
中	70-79分	软开度一般，竖叉或横叉离地在10CM以内；下腰较吃力但能完成；身体形态一般，动作基本规范。
差	60-69分	软开度较差，无法完全下叉；下腰困难；身体形态有明显扣分点(如驼背、O型腿等)。
不合格	60分以下	基本功未达到专业基本要求，动作僵硬，无法完成规定动作。

#### (二) 专业技能：技术技巧展示 (100分)

##### 1. 测试方法：

考生结合自身特长，准备2-3个不同类别的技术技巧动作进行连接或单独展示。

可选范围：

跳类：大跳、倒踢紫金冠跳、凌空跃、双飞燕等；

转类：平转、四位转、挥鞭转、旁腿转等；

翻类：点翻身、串翻身、侧空翻、前/后桥等。

2. 评分标准：

考评员根据考生完成动作的难度、数量、质量、稳定性及爆发力进行评分。

等级	分值范围	评分标准
优	90-100 分	技巧难度大，完成质量高；跳跃高度好、滞空感强；旋转数量多、轴心垂直；落地稳健，无晃动；动作连接流畅。
良	80-89 分	技巧有一定难度，完成质量较好；跳跃、旋转、翻身等动作基本规范，落地较稳，偶有微小失误但不影响整体。
中	70-79 分	选择了基础难度的技巧；动作完成度一般，甚至有轻微失误；爆发力和控制力表现平平。
差	60-69 分	技巧难度低；动作完成勉强，出现明显的失误(如坐地、手扶地、断连等)；身体协调性差。
不合格	60 分以下	无法完成所选技术技巧，或出现重大失误。

### (三) 综合表现能力：剧目表演(100 分)

1. 测试方法：

考生自备一个舞蹈剧目片段(中国古典舞、民族民间舞、芭蕾舞、现代舞、当代舞均可，不包括体育舞蹈/街舞)。

时长要求：1 分 30 秒—3 分钟。

考生需自备伴奏音乐(MP3 格式，U 盘存储)，可穿着剧目演出服或练功服。

注：如考官现场要求即兴表演，考生需根据考官给出的音乐或命题进行简短展示。

2. 评分标准：

考评员根据考生的舞蹈风格把握、节奏感、表现力、舞台感染力及动作流畅性进行独立评分。

等级	分值范围	评分标准
优	90-100 分	舞蹈风格浓郁，风格把握准确；节奏感强，动作与音乐契合度高；情感表达真挚，舞台感染力极强；舞姿优美，技术与艺术完美结合。

等级	分值范围	评分标准
良	80-89 分	舞蹈风格较明显；节奏准确；有较好的面部表情和肢体语言，能较完整地表达作品意境；动作流畅。
中	70-79 分	能够完整跳完剧目；动作基本合拍，但缺乏内心情感和面部表情；舞蹈风格掌握一般，动作稍显平淡。
差	60-69 分	剧目表演不完整(中途忘动作)；节奏混乱(抢拍或拖拍)；动作僵硬，无美感，缺乏基本的舞蹈表现力。
不合格	60 分以下	无法完成剧目表演，或表演内容与舞蹈专业无关。

### 三、测试注意事项

1. 着装要求：基本功与技巧测试环节，考生必须穿着紧身练功服(女生盘头，穿裤袜或光腿；男生穿紧身背心、练功裤)，严禁穿着宽松T恤或遮挡身体线条的衣物，以便考官观察骨骼线条与肌肉能力。剧目环节可更换演出服。
2. 音乐准备：请考生务必准备单曲U盘(U盘内仅存放考试音乐)，并备份一份在手机中，以防设备故障。
3. 安全提示：考试前请考生充分热身，避免运动损伤。若身体有伤病史，请提前告知考场工作人员。
4. 纪律要求：考生进入考场后，除自我介绍(仅报抽签号，不得报姓名)外，不得喧哗，测试结束后迅速离场。

## 附件 2

# 湖南化工职业技术学院 2026 年单独招生考试体育特长生 测试项目及评分标准

## 项目一 武术

### 一、测试指标及所占分值

类别	专项素质		专项技术	实战能力
测试项目	立定跳远	正压腿	腾空飞脚	拳术或器械任选一套
分值	70 分	50 分	80 分	100 分

### 二、测试方法与评分标准

#### (一) 专项素质

##### 1. 立定跳远

(1) 测试方法：两脚原地站立起跳，不能有预跳或踩线，以身体任何部位着地最近点为测量点，每人测量两次，记其中一次最佳成绩。

##### (2) 评分标准

表 1 男子评分标准

分值	成绩 (厘米)	分值	成绩 (厘米)	分值	成绩 (厘米)
70	280	48	258	26	236
69	279	47	257	25	235
68	278	46	256	24	234
67	277	45	255	23	233
66	276	44	254	22	232
65	275	43	253	21	236
64	274	42	252	20	235
63	273	41	251	19	234

分值	成绩 (厘米)	分值	成绩 (厘米)	分值	成绩 (厘米)
62	272	40	250	18	233
61	271	39	249	17	232
60	270	38	248	16	231
59	269	37	247	15	230
58	268	36	246	14	229
57	267	35	245	13	228
56	266	34	244	12	227
55	265	33	243	11	226
54	264	32	242	10	225
53	263	31	241	—	—
52	262	30	240	—	—
51	261	29	239	—	—
50	260	28	238	—	—
49	259	27	237	—	—

表2 女子评分标准

分值	成绩 (厘米)	分值	成绩 (厘米)	分值	成绩 (厘米)
70	220	49	199	28	178
69	219	48	198	27	177
68	218	47	197	26	176
67	217	46	196	25	175
66	216	45	195	24	174
65	215	44	194	23	173
64	214	43	193	22	172
63	213	42	192	21	171
62	212	41	191	20	170
61	211	40	190	19	169

分值	成绩 (厘米)	分值	成绩 (厘米)	分值	成绩 (厘米)
60	210	39	189	18	168
59	209	38	188	17	167
58	208	37	187	16	166
57	207	36	186	15	165
56	206	35	185	14	164
55	205	34	184	13	163
54	204	33	183	12	162
53	203	32	182	11	161
52	202	31	181	10	160
51	201	30	180	—	—
50	200	29	179	—	—

## (二) 专项技术

### 1. 正压腿

(1) 测试方法：面对肋木或一定高度的物体，并步站立，一腿架起来，脚尖勾紧，两腿伸直，立腰收髋，前额触脚尖，相距 10cm 以内。

(2) 评分标准：考评员参照正踢腿评分表，独立对考生的技术完成情况进行评定。所得分数可到小数点后一位。

等级	优	良	中	差
分值	50-44 分	43-37 分	36-30 分	29 分以下
标准	前额触脚尖相距 4-10CM	前额触脚尖相距 11-15CM	前额触脚尖相距 16-20CM	前额触脚尖相距 21CM 以上

### 2. 腾空飞脚

(1) 测试方法：在空中，左腿屈膝收控于腹前；右腿在空中踢摆时，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表，独立对考生的技术完成情况进行评定。所得分数可到小数点后一位。

等级	优	良	中	差
分值	80-70 分	69-60 分	59-50 分	49 分以下
标准	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。	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。	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	凡起跳脚未先着地,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。

### (三)实战能力

1. 测试方法：考生在下述规定拳种中任选一个拳种的拳术或器械进行测试。要求按照规定的时间在8×14米的场地上完成套路。

规定拳种包括：自选器械、自选长拳、太极拳、南拳、传统器械、传统拳。

完成套路时间：

- a. 自选长拳或自选器械：1分20秒以上；
- b. 太极拳及太极器械：1分30秒—2分钟；
- c. 传统器械或传统拳：不少于1分钟。

2. 评分标准：考评员参照实战评分表，独立对考生的动作质量和演练水平进行综合评定。

对考生未在规定时间内完成套路，将在专项技术考评分中扣除应扣分数。自选长拳或自选器械，太极拳及太极器械类套路时间不足或超出规定时间5秒(含5秒)扣5，5秒以上10秒以内(含10秒)扣10分，以此类推。传统器械或传统拳套路时间不足规定时间2秒(含2秒)扣5分，2秒以上4秒以内(含4秒)扣10分，以此类推。

等级	优	良	中	差
分值	100—90 分	89—80 分	79—70 分	69 分以下
标准	动作姿势规范、方法运用合理、技术熟练、节奏分明，协调流畅、劲力充足、风格突出分明、协调流畅、劲力充足、风格突出。	动作姿势较规范、方法运用较合理、技术较熟练、节奏处理较好、动作较流畅、劲力较充足、风格较突出。	动作姿势基本规范、方法运用基本合理、动作流畅性、劲力、节奏、风格一般。	动作姿势不规范、方法运用不合理、技术不熟练、节奏、动作协调性、劲力、拳种风格特点不突出。

## 项目二 足球

### 一、考核指标与所占分值(项目考试总分 300 分)

类别	专项技术		身体素质		实战能力
考核指标	传准	运射	5×25 米折返跑	12 分钟跑	比赛
分值	40 分	40 分	40 分	80 分	100 分

### 二、考试方法与评分标准

#### (一)身体素质(120 分)

##### 1. 测试项目：5×25 米折返跑(40 分)

(1) 考试方法：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，完成所有折返距离回到起跑线时停表，记录完成的时间。未击倒标志物，成绩无效。每人测试 1 次。

(2) 评分标准：见表 2-1(所得分数乘以 2 为最终得分)。

表 2-1 15×25 米折返跑评分表

分值	成绩(秒)		分值	成绩(秒)	
	男	女		男	女
20	32.00	34.00	10	34.71-35.00	36.71-37.00
19	32.01-32.30	34.01-34.30	9	35.01-35.30	37.01-37.30
18	32.31-32.60	34.31-34.60	8	35.31-35.60	37.31-37.60
17	32.61-32.90	34.61-34.90	7	35.61-36.90	37.61-37.90
16	32.91-33.20	34.91-35.20	6	36.91-37.20	37.91-38.20
15	33.21-33.50	35.21-35.50	5	37.21-37.50	38.21-38.50
14	33.51-33.80	35.51-35.80	4	37.51-37.80	38.51-38.80

分值	成绩(秒)		分值	成绩(秒)	
	男	女		男	女
13	33.81-34.10	35.81-36.10	3	37.81-38.10	38.81-39.10
12	34.11-34.40	36.11-36.40	2	38.11-38.40	39.11-39.40
11	34.41-34.70	36.41-36.70	1	38.40 以上	39.40 以上

## 2. 测试项目：12分钟跑(80分)

(1) 考试方法：每位考生在规定的12分钟内跑出来的距离为考试成绩。

(2) 评分标准

①3000米为满分(80分)

②每少跑100米内减5分，如3000米计80分，2900—3000米计75分，以此类推(低于2000米的不计入成绩)。

## (二) 专项技术(80分)

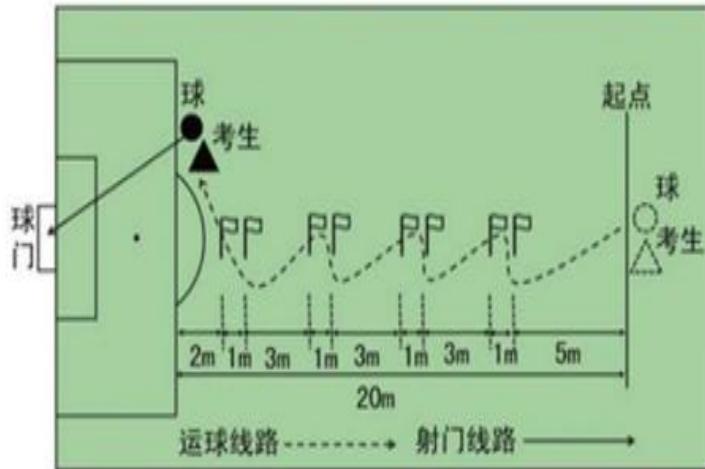
### 1. 传准(40分)

(1) 考试方法：传球目标区域由七人制足球门(球门净宽度5米，净高度2米)和球门线组成，球门线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或线后(线长5米，宽0.1米)，向目标区域连续传球5次，左右脚均可，脚法不限。

(2) 评分标准：以球从起点线踢出后，从空中落到地面的第一接触点为准。考生每将球传向目标区域，第一落点在七人制球门框内、球门线外(不含球击中球门横梁或立柱弹出)即得8分。每人须完成5次传准，满分40分。

### 2. 运射(40分)

(1) 考试方法：如下图所示，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。考生将球置于起点线上，运球依次绕过8根标志杆后起脚射门，球动开表，当球从空中或地面越过球门线时停表，记录完成的时间。凡出现漏杆、射门偏出球门，球击中横梁或立柱弹出，均属无效，不计成绩。每人测试2次，取最好成绩。



运球过杆射门示意图

(2) 评分标准：见表 2-2(所得分数乘以 2 为最终得分)。

表 2-2 运射评分表

分值	成绩(秒)		分值	成绩(秒)	
	男	女		男	女
20	7.20	9.00	10	9.01-9.20	10.81-11.00
19	7.21-7.40	9.01-9.20	9	9.21-9.40	11.01-11.20
18	7.41-7.60	9.21-9.40	8	9.41-9.60	11.21-11.40
17	7.61-7.80	9.41-9.60	7	9.61-9.80	11.41-11.60
16	7.81-8.00	9.61-9.80	6	9.81-10.00	11.61-11.80
15	8.01-8.20	9.81-10.00	5	10.01-10.20	11.81-12.00
14	8.21-8.40	10.01-10.20	4	10.21-10.40	12.01-12.20
13	8.41-8.60	10.21-10.40	3	10.41-10.60	12.21-12.40
12	8.61-8.80	10.41-10.60	2	10.61-10.80	12.41-12.60
11	8.81-9.00	10.61-10.80	1	10.81-11.00	12.61-12.80

### (三) 实战能力(100 分)

测试项目：比赛

1. 考试方法：视考生人数分队进行比赛。
2. 评分标准：考评员参照实战能力评分细则(表 2-3)，独立对考生的技术能力、战术能力、心理素质以及比赛作风等方面进行综合评定。

表 2-3 足球实战能力评分表

等级 (分值范围)	评分标准
优 (10-8.6 分)	战术意识水平表现突出，攻守职责完成很好，具有很好的阅读比赛能力；对抗情况下技术动作运用及完成合理、规范；比赛作风顽强、心理状态稳定。
良 (8.5-7.6)	战术意识水平表现良好，攻守职责完成良好，具有良好的阅读比赛能力；对抗情况下技术动作运用较合理，完成动作较规范；比赛作风良好、心理状态稳定。
中 (7.5-6 分)	战术意识水平表现一般，攻守职责完成量一般，阅读比赛能力一般；对抗情况下技术动作运用基本合理，完成动作基本规范；比赛作风一般、心理状态有波动。
差 (6 分以下)	战术意识水平表现差，攻守职责不清楚，不具有基本阅读比赛的能力；对抗情况下技术动作运用不合理，完成动作不规范；比赛作风一般、心理状态不稳定。

采用 10 分制评分，分数至多可到小数点后 1 位(最终换算成 100 分制)。

全体考生注意，考试按规则要求进行，听从监考老师安排。注意安全，如果身体方面有原因，请及时和监考老师说明。

## 项目三 女子排球

### 一、考核指标与所占分值

类别	身体素质		专项技术			
	考核指标	助跑摸高	立定三级跳	打垫传防	发球	扣球
分值	60 分	60 分	40 分	40 分	40 分	60 分

### 二、考试方法与评分标准

#### (一) 助跑摸高 60 分

1. 考试细则: 助跑双脚起跳, 用单手摸高, 每人试测三次, 取其中最好成绩。摸高 2.68 米以上, 每增加 5 厘米加 2 分。

2. 评分标准

女生 2.68 米为满分, 每降低 5 厘米递减 2 分, 以此类推。

成绩(米)	分值
2.68	60
2.67	58
2.66	56
2.65	54
2.64	52
2.63	50
2.57	48
2.56	46
2.55	44
2.54	42
2.53	40
2.52	38
2.51	36
2.48	34
2.46	32
2.44	30
2.42	28

## (二)立定三级跳 60 分

1. 场地要求: 平坦的塑胶跑道或沙坑, 起跳线至沙坑距离 $\geq 10m$ , 沙坑深度 $\geq 30cm$ 。
2. 动作标准

起跳: 双脚平行站立于起跳线后, 屈膝预摆 1-2 次, 双脚同时发力起跳。

跳跃过程: 第一跳用双脚落地, 第二跳同样双脚落地, 第三跳腾空后双脚落入沙坑, 全程不能垫步、跨步或单脚落地。
3. 成绩测量: 从起跳线后沿垂直量至身体落沙坑的最近痕迹, 精确到厘米。
4. 测试次数: 每人 3 次测试机会, 取最佳成绩作为最终结果; 两次测试间隔 $\geq 1$ 分钟。

成绩(米)	分值
7.0	60
6.9	55
6.8	50
6.7	45
6.6	40
6.5	35
6.4	30
6.3	25
6.2	20
6.1	15
6.0	10
5.9	5

## (三)打垫传防 40 分

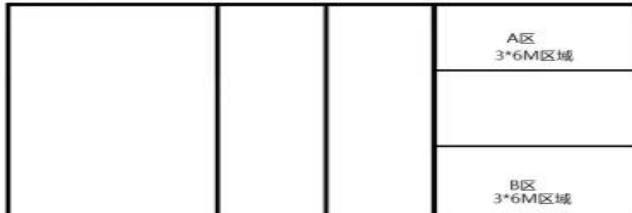
打: 10 球(10 分)到位计 1 分、不到位计 0.5 分、失误为 0 分

垫: 10 球(10 分)到位计 1 分、不到位计 0.5 分、失误为 0 分

传: 10 球(10 分)到位计 1 分、不到位计 0.5 分、失误为 0 分

防: 10 球(10 分)到位计 1 分、不到位计 0.5 分、失误为 0 分

## (四)发球 40 分

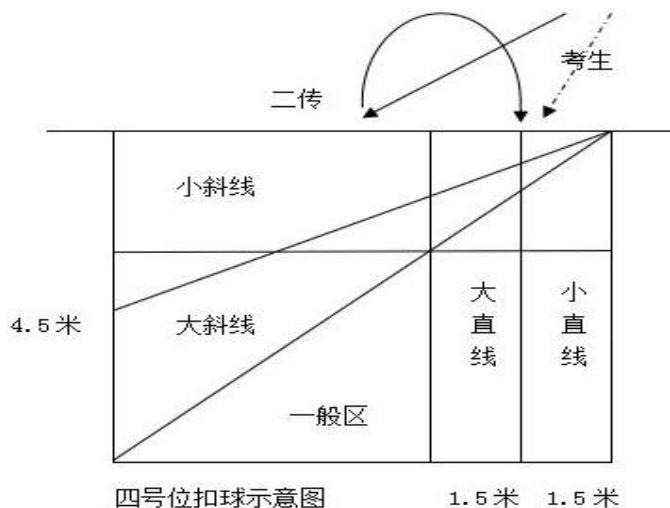


(1) 考试方法：考生在发球区内任意位置连续发球 10 次，每次发球根据落点区域的不同获得相应的分数，累计 10 次发球得分为最终成绩。

(2) 评分标准：发球落点进入 A 区 B 区(进攻线后距离两边边线内 1.5 米，距离端线内 5 米的区域)，得 4 分；进入场地其他区域得 2 分；发球失误或犯规不得分。

### (五) 扣球 40 分

考试方法：考生 3 人一组，依次轮流扣考评员或考生(二传)从网前二传位置的传球。每名考生先扣 5 次直线，再扣 5 次斜线，共扣球 10 次，根据落点区域的不同获得相应的分数，累计 10 次扣球得分为最终成绩。扣球位置(二或四号位)考生可自行选定。如图所示。



直线：扣球落点在小直线 1.5 米内，每球得 4 分

扣球落点在大直线 1.5 米内，每球得 3 分

扣球落点在一般区域，每球得 2 分

斜线：扣球落点在小斜线内，每球得 4 分

扣球落点在大斜线内，每球得 3 分

扣球落点在一般区域，每球得 2 分

### (六) 实战能力(比赛)60 分

1. 测试方法：视考生人数分队进行比赛(可由主考官向两边抛球进行)。

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 100 分制打分，所打分数只打到个位数，折合总成绩为 60 分。

### 排球专项测试实战评分表

等级	优	良	中	差
分值	100—86 分	85—76 分	75—60 分	60 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。

### (七)二传队员

考核指标与所占分值

类别	身体素质		专项技术			
	助跑摸高	立定三级跳	打垫传防	发球	传球	比赛
考核指标	60 分	60 分	40 分	40 分	40 分	60 分
分值						

### (八)主攻、接应、副攻队员

考核指标与所占分值

类别	身体素质		专项技术			
	助跑摸高	立定三级跳	打垫传防	发球	扣球	比赛
考核指标	60 分	60 分	40 分	40 分	40 分	60 分
分值						

## 项目四 篮球

### 一、测试项目及分值

类别	项目	分值
身体素质	助跑摸高	120 分
专项测试	投篮	40 分
	比赛	100 分
	多种变向运球上篮	40 分

### 二、身体素质(120 分)

#### (一) 助跑摸高

1. 考试方法：考生助跑起跳摸高，单手触摸有固定标尺的高物，记录绝对高度。助跑距离和起跳方式不限。每人测试 2 次，取最好成绩(精确到厘米)；

2. 评分标准

表 1 摸高评分表

分值	成绩(米)		分值	成绩(米)		分值	成绩(米)	
	男	女		男	女		男	女
120	3.25	2.75	105.75	3.06	2.56	91.50	2.87	2.37
119.25	3.24	2.74	105.00	3.05	2.55	90.75	2.86	2.36
118.50	3.23	2.73	104.25	3.04	2.54	90.00	2.85	2.35
117.75	3.22	2.72	103.50	3.03	2.53	89.25	2.84	2.34
117.00	3.21	2.71	102.75	3.02	2.52	88.50	2.83	2.33
116.25	3.20	2.70	102.00	3.01	2.51	87.75	2.82	2.32
115.50	3.19	2.69	101.25	3.00	2.50	87.00	2.81	2.31
114.75	3.18	2.68	100.50	2.99	2.49	0.00	2.8 及以下	2.30
114.00	3.17	2.67	99.75	2.98	2.48			
113.25	3.16	2.66	99.00	2.97	2.47			

分值	成绩(米)		分值	成绩(米)		分值	成绩(米)	
	男	女		男	女		男	女
112.50	3.15	2.65	98.25	2.96	2.46			
111.75	3.14	2.64	97.50	2.95	2.45			
111.00	3.13	2.63	96.75	2.94	2.44			
110.25	3.12	2.62	96.00	2.93	2.43			
109.50	3.11	2.61	95.75	2.92	2.42			
108.75	3.10	2.60	95.00	2.91	2.41			
108.00	3.09	2.59	94.25	2.90	2.40			
107.25	3.08	2.58	93.50	2.89	2.39			
106.50	3.07	2.57	92.75	2.88	2.38			

### 三、专项测试

#### (一)投篮(40分)

1. 考试方法:如下图 1 所示,在以篮圈中心投影点为圆心,5.5 米为半径所划的弧线外设置五个投篮点(球场两侧 0° 角处、两侧 45° 处和正面弧顶),每个点位放置 4 个球,共 20 个球。考生须从第 1 投篮点或第 5 投篮点开始投篮,按逆时针或顺时针方向依次投完每个点位的 4 个球(每个点位第 4 个球可选择在三分线外投篮)。测试时间为 1 分钟。要求考生必须在弧线外投篮,球出手前双脚不得踩线,若踩线投中计为无效投篮不得分。每人测试 2 次,取最好成绩。

2. 评分标准:每个点 4 个球。前 3 个球每投中 1 球,得 1 积分。第 4 个球如果三分线外投中,得 2 积分;如果踩三分线及三分线以内投中,得 1 积分。投篮记分 20 积分(含)以上为满分 20 积分。每得 1 积分得考试 2 分,满分 40 分具体得分见下表 2。



图 1 投篮点图

表 2 投篮得分表

分值	成绩(积分)	分值	成绩(积分)	分值	成绩(积分)
2	1	16	8	30	15
4	2	18	9	32	16
6	3	20	10	34	17
8	4	22	11	36	18
10	5	24	12	38	19
12	6	26	13	40	20
14	7	28	14		

## (二) 多种变向运球上篮(40 分)

### 1. 考试方法

如图-2 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。

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，不计分；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，不计分。

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；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。

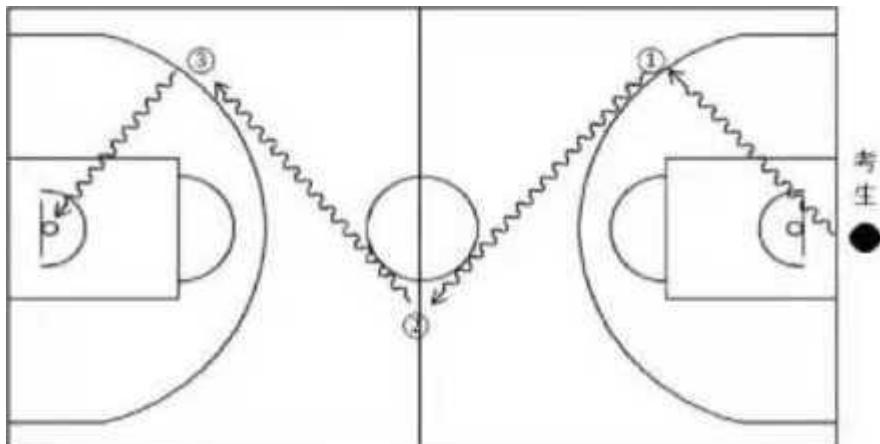


图 2 多种变向运球上篮示意图

## 2. 评分标准

表 3 多种变向运球上篮评分表

分值	成绩(秒)		分值	成绩(秒)		分值	成绩(秒)	
	男	女		男	女		男	女
40.00	35.00	38.00	36.75	41.50	44.50	33.50	48.00	51.00
39.75	35.50	38.50	36.50	42.00	45.00	33.25	48.50	51.50
39.50	36.00	39.00	36.25	42.50	45.50	33.00	49.00	52.00
39.25	36.50	39.50	36.00	43.00	46.00	32.75	49.50	52.50
39.00	37.00	40.00	35.75	43.50	46.50	32.50	50.00	53.00
38.75	37.50	40.50	35.50	44.00	47.00	32.25	50.50	53.50
38.50	38.00	41.00	35.25	44.50	47.50	32.00	51.00	54.00
38.25	38.50	41.50	35.00	45.00	48.00	31.75	51.50	54.50
38.00	39.00	42.00	34.75	45.50	48.50	31.50	52.00	55.00
37.75	39.50	42.50	34.50	46.00	49.00	31.25	52.50	55.50
37.50	40.00	43.00	34.25	46.50	49.50	31.00	53.00	56.00
37.25	40.50	43.50	34.00	47.00	50.00	30.75	53.50	56.50
37.00	41.00	44.00	33.75	47.50	50.50	0.00	54.00	57.00

## (三) 比赛(100 分)

(1) 全场五打五比赛，1 节，20 分为一节。由测试组进行评分。

(2) 评分标准

表 4 对抗赛表

测试内容	评分
临场比赛经验	20 分
配合意识	20 分
比赛作风	20 分
个人进攻防守	20 分
篮板球技术	20 分

## 项目五 田径

### 一、考核指标与所占分值(总分 300 分)

类别	专项测试(见表 1)	身体素质测试(见表 2)
分值	180 分	120 分

### 二、考试方法与评分

#### 1. 专项测试项目(180 分)

表 1 专项测试

项目	分值 (分)	180	175	170	165	160	155	150	140
100 米	男子	10"90	11"0	11"1	11"2	11"3	11"4	11"5	11"6
	女子	12"5	12"6	12"7	12"8	12"9	13"0	13"1	13"2
200 米	男子	22"5	22"6	22"7	22"8	22"9	23"	23"1	23"2
	女子	26"6	26"8	27"0	27"4	27"8	28"	28"2	28"6
400 米	男子	49"9	50"1	50"3	51"0	51"5	52"0	52"5	52"8
	女子	1' 0"	1' 01"	1' 02"	1' 03"	1' 04"	1' 05"	1' 06"	1' 07"
800 米	男子	1' 59"	2' 00"	2' 01"	2' 02"	2' 03"	2' 04"	2' 05"	2' 06"
	女子	2' 28"	2' 30"	2' 36"	2' 38"	2' 40"	2' 42"	2' 43"	2' 45"
1500 米	男子	4' 05"	4' 10"	4' 12"	4' 14"	4' 16"	4' 18"	4' 20"	4' 22"
	女子	5' 0"	5' 10"	5' 15"	5' 20"	5' 22"	5' 26"	5' 28"	5' 30"
110 栏 (成年组)	男子	15"0	15"1	15"2	15"3	15"4	15"5	15"6	15"7
100 栏 (成年组)	女子	15"2	15"4	15"6	16"0	16"2	16"4	16"8	17"0
跳高	男子	2.00m	1.95m	1.91m	1.89m	1.87m	1.85m	1.83m	1.80m
	女子	1.55m	1.50m	1.45m	1.42m	1.40m	1.38m	1.36m	1.35m
跳远	男子	6.80m	6.70m	6.65m	6.60m	6.50m	6.45m	6.40m	6.30m
	女子	5.2m	5.10m	5.00m	4.90m	4.85m	4.80m	4.70m	4.60m
三级跳	男子	14.00m	13.80m	13.60m	13.50m	13.40m	13.30m	13.20m	13.0m
	女子	12.00m	11.60m	11.40m	11.20m	11.00m	10.80m	10.60m	10.40m
铅球	男子 (7.26)	13.30m	13.00m	12.80m	12.50m	12.30m	12.00m	11.80m	11.50m
	女子	12.50m	12.20m	11.90m	11.50m	11.00m	10.50m	10.30m	10.0m

项目	分值 (分)	180	175	170	165	160	155	150	140
	(4.0)								
标枪	男子 (0.8)	54m	53m	52m	51m	50m	49m	48m	47m
	女子 (0.6)	39m	38m	37m	36m	35m	34m	33m	32m
铁饼	男子 (2.0)	38m	37m	36m	35m	34m	33m	32m	30m
	女子 (1.0)	38m	47m	36m	35m	34m	32m	31m	30m
5000m	男子	15' 40	15' 50	15' 55	16' 0	16' 10	16' 20	16' 30	16' 40
	女子	18' 50	19' 0	19' 10	19' 15	19' 35	20' 10	20' 30	21' 0

注：专项测试(田赛、径赛)任意一项达二级者优先录取。低于 140 分标准按 0 分计分(表 1)

## 2. 身体素质测试项目(120 分)

表 2 身体素质测试

分值	30 米 (男)	30 米 (女)	立定 跳远 (男)	立定跳 远(女)	后抛 铅球 (男)	后抛铅 球(女)	立定三 级跳远 (男)	立定三 级跳远 (女)	800 米 (女)	800 米 (男)
120	3"95	4"30	295	225	14.5	11.5	9.2	8.0	2'30"	2'00"
110	4"00	4"45	290	220	13.5	11.0	9.15	7.72	2'32"	2'02"
100	4"10	4"50	285	215	13.0	10.5	9.05	7.65	2'34"	2'04"
90	4"15	4"60	280	209	12.4	9.9	9	7.6	2'36"	2'06"
80	4"20	4"70	277	205	12.2	9.7	8.95	7.5	2'38"	2'08"
75	4"25	4"75	273	201	12	9.5	8.85	7.45	2'40"	2'10"
70	4"30	4"80	269	197	11.8	9.3	8.8	7.35	2'42"	2'12"
65	4"35	4"85	265	193	11.6	9.1	8.7	7.3	2'44"	2'14"
60	4"40	4"90	261	189	11.4	8.9	8.65	7.2	2'46"	2'16"
55	4"45	4"95	258	186	11.1	8.6	8.55	7.1	2'48"	2'88"
50	4"50	5"00	255	183	10.8	8.3	8.45	7	2'50"	2'20"

注：1. 每人选测一项，以测试最好成绩计总成绩；2. 30 米跑：每人两次；3. 立定跳远：原地双脚起跳，不能垫步，每人跳三次；4. 后抛铅球：每人抛三次，重量 4 公斤；5. 立定三级跳远：原地起跳，第一步单足跳、第二步跨步跳、第三步跳跃。每人三次(表 2)。

## 项目六 跆拳道

### 一、测试内容

类别	项目	分值
专项考核	横叉	40 分
	组合	40 分
	实战	100 分
身体素质	折回跑	120 分

### 二、专项考核

#### (一) 横叉(40分)

1. 动作规格：两手在体前扶地或者侧举或者置于两腿上，两腿左右分开，两大腿内侧充分接触地面形成直线，脚背内侧着地。

2. 评分标准

厘米	分数	厘米	分数
0		13	24
1		14	22
2		15	20
3		16	18
4		17	16
5	40	18	14
6	38	19	12
7	36	20	10
8	34	21	8
9	32	22	6
10	30	23	4
11	28	24	2
12	26	25	0

备注：低于5厘米记满分，超过5厘米，每增加1厘米扣2分，超过25厘米记0分。

## (二)组合技术(40分)

1. 组合技术包括以下技术动作：双飞踢、下劈、后横踢、前横踢、后旋踢、旋风踢、后踢。

2. 三个组合

(1) 右腿后横踢--左腿后横踢--双飞踢--后旋踢

(2) 后撤步右腿下劈--左腿下劈--右腿连续横踢

(3) 右腿后横踢--旋风踢--右腿垫步下劈--左腿后踢

3. 评分标准

(1) 每个组合测试两次，由于持靶造成的失误，可给予重测的机会。考生得分按评分指标进行综合打分。

(2) 评分表

等级得分	评分指标				
	动作路线	动作速度	击打效果	空间距离	动作衔接与协调
9.0-10分	优	优	优	优	优
8.0-8.9分	良	良	良	良	良
7.0-7.9分	一般	一般	一般	一般	一般
6.0-6.9分	差	差	差	差	差
5.0-5.9分	很差	很差	很差	很差	很差

## (三)实战(100分)

1. 一分钟实战：根据考生在实战过程中的主动进攻、防守、防守反击等技战术发挥予以评分。

2. 评分表

等级得分	评分指标		
	主动进攻	防守	防守反击
9.0-10分	优	优	优
8.0-8.9分	良	良	良
7.0-7.9分	一般	一般	一般
6.0-6.9分	差	差	差
5.0-5.9分	很差	很差	很差

### **三、身体素质：折回跑(120 分)**

#### **(一)方法**

3 名队员一组完成连续的 3 组折回跑 1 次，每组从底线出发遇到两个罚球线，中线和对面底线折回(脚踩线)。

#### **(二)评分标准**

男生 2 分 0 秒为满分(满分 120 分)，成绩超过 2 分 0 秒，每多 1 秒减 4 分；女生 2 分 20 秒为满分(满分 120 分)，成绩超过 2 分 20 秒，每多 1 秒减 4 分。

说明：1. 考生考试必须“以礼始、以礼终”；2. 考生必须穿着跆拳道服。