上海市闵行区教育局文件

闵教字〔2024〕69号

关于印发《2024年上海市闵行区初中毕业升学体育考试工作实施方案》的通知

各相关学校：

为全面贯彻党的教育方针，深入落实“健康第一”教育理念，根据上海市高中阶段学校考试招生制度改革整体部署，结合《上海市初中毕业升学体育考试工作实施方案》（沪教委规〔2019〕4号）的通知精神，根据《上海市教育委员会关于印发〈2024年上海市初中毕业升学体育考试统一考试考务组织等工作〉的通知》（沪教委体〔2024〕7号）要求，为做好 2024 年上海市闵行区初中毕业升学体育考试工作，我局制定了《2024年上海市闵行区初中毕业升学体育考试工作实施方案》，现印发给你们，请按照要求执行。

附件：2024年上海市闵行区初中毕业升学体育考试工作实施方案

上海市闵行区教育局

2024年4月2日

公开属性：主动公开

|  |
| --- |
| 上海市闵行区教育局办公室  2024年4月2日印发 |

附件

2024年闵行区初中毕业升学体育考试工作实施方案

为全面贯彻中共中央、国务院《深化新时代教育评价改革总体方案》和中共中央办公厅、国务院办公厅《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》等要求，进一步发挥学校体育的育人作用，完善本市初中毕业升学体育考试工作，根据《上海市教育委员会关于印发〈2024年上海市初中毕业升学体育考试统一考试考务组织等工作〉》（沪教委体〔2024〕7号）的通知精神，结合本区高中阶段学校考试招生制度改革总体部署，制定2024年闵行区初中毕业升学体育考试（以下简称“体育考试”）工作实施方案。

# 一、体育考试的目的和意义

全面贯彻党的教育方针，坚持“健康第一”的指导思想，促进社会、学校、家庭对学生体质健康状况的关心和重视，增强学生体质；引导学生积极参加体育活动，养成自觉进行体育锻炼的习惯，完成中小学课程标准规定的初中生学习体育的基本任务，达到《国家学生体质健康标准（2014年修订）》（教体艺〔2014〕5号）提出的基本要求，促进身心健康发展。

# 二、体育考试的原则和要求

体育考试必须体现“公开、公正、公平”原则，体现对学生体育锻炼积极性、主动性的激发作用，体现对学生意志品质和道德情感的培养作用，体现对学校体育工作的推动作用；在实施过程中坚持“常态化、易行化、基层化”的发展方向，坚持“客观、公正、安全”的组织原则，确保体育考试工作顺利进行。

实施体育考试应与学校体育课程教学相结合，与实施国家学生体质健康测试相结合，与学生日常锻炼过程相结合，与培养学生体育兴趣爱好和特长相结合；要有利于体育课教学质量和效果的提高，促进课程改革与建设。

# 三、实施对象

 （一）闵行区初中在籍学生均需参加体育与健身科目初中学业水平考试。

（二）参加闵行区高中阶段学校招生的初中往届毕业生、结业生以及外省市应届毕业生。

# 四、考试时间与地点

（一）统一考试时间和地点

**游泳、网球项目：**

考试时间：4月13日

考试地点：交通大学致远游泳健身馆（沧源路1001号）

**其它项目：**

考试时间：4月20-26日（若逢雨天，当天是否考试另行通知）

考试地点：华东师范大学第二附属中学附属初级中学（紫龙路765号）

（二）补考时间与地点

考试时间：4月30日（具体安排另行通知）

考试地点：华东师范大学第二附属中学附属初级中学（紫龙路765号）

# 五、体育考试的结构和内容

（一）结构和分值

1.体育考试由统一考试和日常考核两个部分组成，总分为30分。其中，统一考试满分为15分，日常考核满分为15分。

2.统一考试分设四类项目：第一类项目满分为6分，第二、三、四类项目满分均为3分。

3.日常考核由《体育与健身》课程考试成绩和《国家学生体质健康标准（2014年修订）》综合评定（以下简称“体质健康综合评定”）结果两部分组成。其中《体育与健身》课程考试成绩满分为6分（七、八、九年级各为2分），体质健康综合评定结果满分为9分（七、八、九年级各为3分）。

（二）考试内容

**1.统一考试**

（1）第一类项目

男生：1000米跑、200米游泳、4分钟跳绳（三选一）

女生：800米跑、200米游泳、4分钟跳绳（三选一）

（2）第二类项目

男生：50米跑、立定跳远、实心球、引体向上、25米游泳（五选一）

女生：50米跑、立定跳远、实心球、仰卧起坐、25米游泳（五选一）

（3）第三类项目

男生/女生：乒乓球、羽毛球、网球、武术、体操（五选一）

（4）第四类项目

男生/女生：足球、篮球、排球（三选一）

每位考生必须参加全部四类项目的考试。可在上述各类项目中各选择一个自己擅长的作为考试项目，项目一经选定后，不得更改。如选择体操项目，须选择垫上运动、单杠、双杠、支撑跳跃（横箱分腿腾越）中的两项。

**2.日常考核**

（1）《体育与健身》课程考试由各初中学校负责实施，着眼于学生体育知识与技能、过程与方法、情感态度和价值观等目标要求的落实，对学生的学习表现、学科实践能力、学习能力和学习成绩进行综合评价。各年级《体育与健身》课程考试项目主要包括：

七年级：第一学期 1000米跑（男）、800米跑（女）、跳高、支撑跳跃（横箱屈腿转体90度腾越）、武术

第二学期 50米跑、实心球（单手原地侧向推）、跳绳、双杠

八年级：第一学期 1000米跑（男）、800米跑（女）、跳远、垫上运动、篮球

第二学期 50米跑、实心球（双手后抛）、单杠、仰卧起坐（女）、引体向上（男）

九年级：第一学期 1000米跑（男）、800米跑（女）、垫上运动、武术

第二学期 50米跑、实心球（双手头上前掷）、支撑跳跃（横箱分腿腾越）

（2）学生体质健康测试按《国家学生体质健康标准（2014年修订）》执行。测试项目包括体重指数（BMI）、肺活量、50米跑、坐位体前屈、立定跳远、引体向上（男）、1分钟仰卧起坐（女）、1000米跑（男）和800米跑（女）等。

（三）考试形式、考场要求

1.考试形式。采用统一集中测试的形式，日常考核由各初中学校严格按照中小学课程标准和《国家学生体质健康标准（2014年修订）》的评分标准进行综合考核。

2.考试场地。设立标准化的统一考试考场，统一场地基本规格，统一测试仪器标准，全程摄像，设置实时监控系统，录像资料保留一年以上。

（四）成绩报送

1.统一考试由闵行区考试领导小组负责实施，考生参加每一个项目的测试成绩应当场告知，测试人员和考生本人签字确认，以学校为单位统计成绩信息。考生考试成绩经区考试领导小组汇总，考试领导小组相关负责人签字确认后，由区招考机构按规定格式报送市教育考试院。

2.日常考核成绩中的《体育与健身》学科考核由学校负责予以评定，各初中学校每学期经由校长签字确认后在规定时间内上报《体育与健身》课程考试成绩（同时报送区教育局），由系统自动生成考生初中三年的《体育与健身》课程考试成绩。国家学生体质健康测试数据由校长签字确认后每年按教育部的要求在规定时间内上报至国家学生体质健康测试上报系统，由系统自动生成初中三年的体质健康综合评定成绩。

日常考核成绩各学校审核公示后，将电子材料《2024年闵行区初中毕业生体育日常考核成绩汇总表》刻录光盘。纸质材料经校长签字盖学校公章后和电子稿，一式二份报送区教育局审核，一份留存，一份送区中招办，由区中招办按规定格式将成绩信息报送市教育考试院。

六、特殊考生的考试及成绩评定

（一）关于因残、因病考生免考的有关规定

因残疾、伤病免修体育课且不能参加体育统一考试的考生，均应办理免考手续。由考生及其监护人向考生所在学校提出申请，填写《上海市初中毕业生残疾或伤病免予体育考试申请表》，并提供伤残证（具有资质的伤残等级鉴定机构出具）或病历（本市二级及以上医疗机构出具）。由学校初审，报区教育局统一确认，相关材料由区招考机构留档，其中申请表及审批材料存入学生档案。

上述考生如身体健康状况好转，准备参加体育统一考试，须由考生及其监护人提出书面申请，附本市二级及以上医疗机构病历，经学校和区教育局确认后方可参加。

（二）关于突发性伤病考生缓考的有关规定

1.考生在统一考试前发生意外伤害事故，不能参加区体育统一考试，由考生本人提出书面申请，填写好《2024年闵行区初中毕业生体育考试缓考申请表》，经学校领导小组审核盖章后，由送考老师在考试当天，交考场门口“学校签到处”，可予以缓考。

2.区组织体育统一考试时，因突发性伤病等特殊情况不能参加体育考试的考生，由考生本人向裁判组长提出书面申请，现场填写好《2024闵行区初中毕业生体育考试缓考申请表》交“考场仲裁处”，经考场仲裁处签字同意后可予以缓考。考生一旦申请缓考，当天已完成的项目成绩作废。

缓考考生另行通知安排考试时间参加补考，补考仅限一次。如因伤病仍不能参加补考的学生，须办理免考手续。

（三）因残、因病免考考生的成绩评定办法

1.因残疾并全部丧失运动能力，获准免修及免考的学生，按教育部有关规定，其体育考试成绩按30分计。因残疾丧失部分运动能力的学生，不能参加单项统一考试的项目，该单项成绩按满分计算。

2.因伤病在七、八、九年级《体育与健身》课程全程免修免考及《国家学生体质健康标准（2014年修订）》免测的考生，其体育考试总成绩按学籍所在学校日常体育考核平均分及统一考试满分的60%（即9分）之和计算。因伤病在初中阶段部分学期《体育与健身》课程免修的考生，其免修学期课程考试成绩按学籍所在学校平均分计算，其它学期按其实际分数计算，因伤病在初中阶段部分学年《国家学生体质健康标准（2014年修订）》免测的考生，其免测学年体质健康综合评定成绩按学籍所在学校平均分计算，其它学年按其实际分数计算，因伤病不能参加统一考试，获准免考后其统一考试成绩按统一考试满分的60%（即9分）计算。因考前或临场发生伤病不能参加统一考试，缓考后仍不能参加考试并获准免考的考生，其体育考试成绩按其日常体育考核实际分数及统一考试满分的60%（即9分）之和计算。因伤病获准单项免考的考生，其该项目成绩按该项目统一考试满分的60%计算。

（四）对因残、因病免考考生的认定

区体育考试领导小组将对因残、因病申请免考的考生提出的申请事由组织医学专家进行统一审核，通过审核的考生名单进行公示。上述材料在统一考试前汇总，并在统一考试现场摆放以备市督导组查验。

（五）具有本市户籍，在外省市就读且初中毕业回沪报考的考生、本市往届初中毕业生、跨区报考学校的考生的体育考试

具有本市户籍，在外省市就读且初中毕业回沪报考的考生，以及本市往届初中毕业生，应提供其在外省市就读学校或在本市原就读学校参加体育教学、健身锻炼活动及《国家学生体质健康标准（2014年修订）》等评价情况的证明材料，由区教育局按实际情况计算日常考核成绩。同时，上述考生须参加统一考试，计算其统一考试成绩，与日常考核成绩之和即为考生体育考试成绩。

具有本市户籍在外省市就读的学生，因特殊情况无法返沪参加统一考试的，由学生及其监护人提交书面情况报告，其统一考试分值以满分的50%（即7.5分）计算。

跨区报考学校的应届初三学生，其日常考核成绩和统一考试成绩由学籍所在学校和区予以评定。

（六）其它免考规定

在市级及以上体育比赛中获得个人项目前六名或集体项目前三名的考生可申请统一考试免考，通过后，其统一考试成绩按满分（15分）计算。该类考生名单由市教委公布。2024年体育优秀生免考市教委公布名单（闵行区 )（见附件3）。

七、体育考试的组织与管理

（一）统一考试：由闵行区教育局统一组织实施。

（二）日常考核的组织实施和管理

1.各校应根据规定的各年级《体育与健身》课程考试内容和项目，严格要求体育教师按照学期教学计划和单元教学内容，在单元教学结束时对学生进行考核，并就测试标准、方式和结果实事求是地评定，不得弄虚作假，原则上学校应组织3名体育教师参与评分。发现违纪违规现象，学校要及时处理。

2.每学期《体育与健身》课程每项考试成绩应及时告知学生本人，学期结束时，在体育教研组统一组织下对各项考试成绩汇总评定，经教导处确认后，公示评定结果。评定结果及时输入上海市初中体育与健身学业评价数据库，并上报区教育局，不得更改。

3.《体育与健身》课程每学期考试成绩取各单项考试成绩的平均数；学年考试成绩取两个学期考试成绩的平均数后，按以下规则换算：

85分—100分得2分 75分—84分得1.5分

60分—74分得1分 59分以下得0.5分

（注：学期考试成绩计算出现小数点，保留2位；学年考试成绩计算出现小数点，按“四舍五入”原则处理。）

4.每学年国家学生体质健康测试须在第一学期9-12月份进行，可组织集中测试，也可以各校为测试点，统一配备测试器材，由区教育局按照《国家学生体质健康标准（2014年修订）》规定的方法与细则组织测试，学校予以配合，在当天将测试数据输入国家学生体质健康标准上报系统并上报区教育局。《国家学生体质健康标准（2014年修订）》测试数据应及时告知学生本人。

5.学生每学年国家学生体质健康测试成绩按照《国家学生体质健康标准（2014年修订）》中规定的评分标准、各项目权重和等级进行评定，再按以下规则换算成每学年综合评定成绩：

优秀得3分 良好得2.5分

及格得2分 不及格得1分

（三）体育考试成绩的复核与仲裁

考生对日常考核成绩有异议的应在成绩公布之日起3天内向学校提出书面申请，由学校予以复核。考生对统一考试成绩有异议的，本人应在测试现场，向测试裁判提出申请，经仲裁后，当场复核，或从测试日当天起3天内由学校向区考试工作仲裁小组提交书面申请，由区考试工作仲裁小组予以复核。逾时不再受理。

（四）严格体育考试的监督

各级部门要设立体育考试咨询站和监督电话，及时准确地解答考生及其家长提出的问题，正确引导考生参加体育考试。考生对考试工作中出现的各类违规违纪、徇私舞弊、弄虚作假等行为，有权直接向区或市考试领导小组反映，一经查实，按有关规定严肃处理。

考试监督电话：64929456

（五）加强对相关教师、学生、家长的宣传和教育工作

学校要结合考生的体检情况，严格把关，与家长一起做好“对学生心肺功能及其它身体健康状况的全面了解”工作，教育学生并提醒家长实事求是，既不能隐瞒病情，也不能虚报病情，以防意外事故发生。对于在考试中出现的违规违纪、徇私舞弊、弄虚作假等行为，要按照有关规定予以严肃处理。

（六）各校应落实好体育考试的有关经费保障工作

本区初中毕业升学体育考试经费学校部分由各学校公用经费内安排。

# 八、未尽事宜，另行通知，本《实施方案》的解释权属闵行区教育局。

附件1.上海市初中毕业升学体育统一考试项目成绩评价标准

附件2.上海市初中毕业升学体育日常考核项目成绩评价标准

附件3.2024年体育特长生免考市教委公布名单（闵行区)

闵 行 区 教 育 局

二0二四年三月十一日

附件1

上海市初中毕业升学体育统一考试项目成绩评价标准

一、部分项目考试成绩评定

（一）男生部分项目考试成绩评定

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目分值 | 1000米跑(分秒) | 200米游泳（分秒） | 篮球（秒） | 排球40秒/次 | 50米跑（秒） | 25米游泳（秒） | 足球运球（秒） | 立定跳远(米) | 双手头上前掷实心球(米) | 4分钟跳绳（次） | 引体向上（次） |
| 100 | 3’34” | 4’36” | 20 | 45 | 7.1 | 22.0 | 7.6 | 2.49 | 9.70 | 400 | 11 |
| 95 | 3’42” | 4’48” | 21 | 43 | 7.2 | 23.0 | 8.7 | 2.41 | 9.40 | 395 | 10 |
| 90 | 3’50” | 5’ | 22 | 40 | 7.3 | 24.0 | 9.6 | 2.33 | 9.10 | 390 | 9 |
| 85 | 3’55” | 5’12” | 23 | 37 | 7.4 | 25.0 | 10.5 | 2.25 | 8.80 | 385 |  |
| 80 | 4’00” | 5’24” | 24 | 34 | 7.5 | 26.0 | 11.3 | 2.20 | 8.50 | 380 | 8 |
| 75 | 4’05” | 5’36” | 25 | 31 | 7.6 | 27.0 | 12.2 | 2.15 | 8.20 | 370 |  |
| 70 | 4’10” | 5’48” | 27 | 29 | 7.7 | 28.0 | 13.1 | 2.10 | 7.90 | 365 | 7 |
| 65 | 4’15” | 6’ | 29 | 26 | 7.9 | 29.0 | 14.3 | 2.06 | 7.60 | 360 |  |
| 60 | 4’23” | 6’12” | 31 | 23 | 8.1 | 30.0 | 15.5 | 2.02 | 7.30 | 340 | 6 |
| 55 | 4’31” | 6’24” | 33 | 20 | 8.3 | 31.0 | 16.0 | 1.98 | 7.00 | 320 |  |
| 50 | 4’39” | 6’36” | 35 | 18 | 8.5 | 32.0 | 16.8 | 1.94 | 6.70 | 300 | 5 |
| 45 | 4’47” | 6’48” | 37 | 16 | 8.7 | 33.0 | 17.4 | 1.90 | 6.40 | 290 |  |
| 40 | 4’55” | 7’ | 39 | 14 | 8.9 | 34.0 | 17.9 | 1.86 | 6.10 | 285 | 4 |
| 35 | 5’03” | 7’12” | 41 | 12 | 9.1 | 35.0 | 18.3 | 1.82 | 5.80 | 280 |  |
| 30 | 5’11” | 7’24” | 43 | 10 | 9.3 | 36.0 | 19.0 | 1.78 | 5.50 | 275 | 3 |
| 25 | 5’19” | 7’36” | 45 | 8 | 9.5 | 37.0 | 19.6 | 1.74 | 5.20 | 270 |  |
| 20 | 5’27” | 7’48” | 47 | 6 | 9.7 | 38.0 | 20.0 | 1.70 | 4.90 | 265 | 2 |
| 15 | 5’35” | 8’ | 49 | 5 | 9.9 | 39.0 | 20.5 | 1.66 | 4.60 | 260 |  |
| 10 | 5’43” | 8’12” | 51 | 4 | 10.1 | 40.0 | 21.0 | 1.62 | 4.30 | 255 | 1 |
| 5 | 5’51” | 8’24” | 53 | 3 | 10.3 | 41.0 | 21.5 | 1.58 | 4.00 | 250 |  |

（二）女生部分项目考试成绩评定

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目分值 | 800米跑(分秒) | 200米游泳（分秒） | 篮球（秒） | 排球40秒/次 | 50米跑（秒） | 25米游泳（秒） | 足球运球（秒） | 立定跳远(米) | 双手头上前掷实心球(米) | 4分钟跳绳（次） | 一分钟仰卧起坐（次） |
| 100 | 3’19” | 4’56” | 26 | 45 | 8.1 | 25.0 | 8.5 | 1.99 | 6.80 | 405 | 50 |
| 95 | 3’27” | 5’08” | 27 | 43 | 8.2 | 26.0 | 10.8 | 1.93 | 6.60 | 400 | 47 |
| 90 | 3’35” | 5’20” | 28 | 40 | 8.3 | 27.0 | 12.9 | 1.87 | 6.40 | 395 | 44 |
| 85 | 3’40” | 5’32” | 30 | 37 | 8.4 | 28.0 | 14.2 | 1.81 | 6.20 | 390 | 41 |
| 80 | 3’45” | 5’44” | 32 | 34 | 8.5 | 29.0 | 16.4 | 1.77 | 6.00 | 385 | 38 |
| 75 | 3’50” | 5’56” | 34 | 31 | 8.6 | 30.0 | 18.3 | 1.73 | 5.80 | 375 | 35 |
| 70 | 3’55” | 6’08” | 36 | 29 | 8.8 | 31.0 | 19.5 | 1.69 | 5.60 | 370 | 32 |
| 65 | 4’00” | 6’20” | 38 | 26 | 9.0 | 32.0 | 20.7 | 1.65 | 5.40 | 365 | 30 |
| 60 | 4’08” | 6’32” | 42 | 23 | 9.2 | 33.0 | 22.0 | 1.61 | 5.20 | 345 | 28 |
| 55 | 4’16” | 6’44” | 46 | 20 | 9.4 | 34.0 | 22.8 | 1.57 | 5.00 | 325 | 26 |
| 50 | 4’24” | 6’56” | 50 | 18 | 9.6 | 35.0 | 23.5 | 1.53 | 4.80 | 305 | 24 |
| 45 | 4’32” | 7’08” | 54 | 16 | 9.8 | 36.0 | 23.9 | 1.49 | 4.60 | 295 | 22 |
| 40 | 4’40” | 7’20” | 58 | 14 | 10.0 | 37.0 | 24.6 | 1.45 | 4.40 | 290 | 20 |
| 35 | 4’48” | 7’32” | 62 | 12 | 10.2 | 38.0 | 25.1 | 1.41 | 4.20 | 285 | 18 |
| 30 | 4’56” | 7’44” | 66 | 10 | 10.4 | 39.0 | 25.5 | 1.37 | 4.00 | 280 | 16 |
| 25 | 5’04” | 7’56” | 70 | 8 | 10.6 | 40.0 | 26.2 | 1.33 | 3.80 | 275 | 14 |
| 20 | 5’12” | 8’08” | 74 | 6 | 10.8 | 41.0 | 26.8 | 1.28 | 3.60 | 270 | 12 |
| 15 | 5’20” | 8’20” | 78 | 5 | 11.0 | 42.0 | 27.3 | 1.23 | 3.40 | 265 | 10 |
| 10 | 5’28” | 8’32” | 82 | 4 | 11.2 | 43.0 | 27.9 | 1.18 | 3.20 | 260 | 8 |
| 5 | 5’36” | 8’44” | 86 | 3 | 11.4 | 44.0 | 28.3 | 1.13 | 3.00 | 250 | 6 |

二、部分项目场地器材要求

（一）1000米跑、800米跑

**1.场地**

在标准田径场400米环形跑道上进行。

**2.器材**

电子测试仪(人工计时备用)，测试误差±0.01秒，应具有非接触式IC卡和键盘输入ID号两种身份识别功能，具备数据传输和安全保护功能，可自动计圈，现场数据导出，电子屏幕显示成绩，符合GB/T 19851.12，满足考试要求；配备发令枪、秒表、哨子、标志旗及终点记录台等。

（二）跳绳

**1.场地**

在平整适宜的地面上进行。

**2.器材**

电子测试仪（人工计数备用），测试误差为0次，具有非接触式IC卡和键盘输入ID号两种身份识别功能，具备数据传输和安全保护功能，可现场数据导出，电子屏幕显示成绩，满足考试要求；采用长2.6～3米棉纱绳，提供多种尺寸供学生选择，符合GB/T 19851.20。

（三）50米跑

**1.场地**

在标准田径场100米直跑道上进行。

**2.器材**

电子测试仪(人工计时备用)，测试误差±0.01秒，应具有非接触式IC卡和键盘输入ID号两种身份识别功能，具备数据传输和安全保护功能，可现场数据导出，电子屏幕显示成绩，符合GB/T 19851.12，满足考试要求；配备发令枪、秒表、哨子、标志旗、终点记录台等。

（四）立定跳远

**1.场地**

在平整适宜的场地上进行，场地中应设置刻度标示线，标示线长度至少与测试区同宽。

**2.器材**

电子测试仪（人工测量备用），测试误差±1厘米，应具有非接触式IC卡和键盘输入ID号两种身份识别功能，具备数据传输和安全保护功能，可现场数据导出，电子屏幕显示成绩，符合GB/T 19851.12，满足考试要求。

（五）实心球

**1.场地**

在不小于长20米、宽8米的坚实、平整场地上进行，场地中应设置刻度标示线，标示线长度至少与投掷区同宽。投掷区前方与两侧设警示标志，确保安全。

**2.器材**

电子测试仪(人工测量备用)，测试误差±1厘米，应具有非接触式IC卡和键盘输入ID号两种身份识别功能，具备数据传输和安全保护功能，可现场数据导出，电子屏幕显示成绩，满足考试要求；实心球采用适宜的软性材料，圆周长420～780毫米，提供3种及以上尺寸供学生选择，质量2公斤，符合GB/T 19851.18。

（六）引体向上

**1.场地**

在平整适宜的场地上进行。

**2.器材**

电子测试仪(人工计数备用)，测试误差为0次，应具有非接触式IC卡和键盘输入ID号两种身份识别功能，具备数据传输和安全保护功能，可现场数据导出，电子屏幕显示成绩，满足考试要求；单杠高2.1～2.4米，具体高度由学生自定，立柱软包，符合GB/T 19851.2；杠下和两侧放置厚200毫米的专用保护垫，安排至少一人保护，确保落地安全，参照GB/T 23124。

（七）仰卧起坐

**1.场地**

在平整适宜的场地上进行。

**2.器材**

电子测试仪（人工计数备用），测试误差为0次，附具有脚部固定装置的垫子，且位置可调，应具有非接触式IC卡和键盘输入ID号两种身份识别功能，具备数据传输和安全保护功能，可现场数据导出，电子屏幕显示成绩，符合GB/T 19851.12，满足考试要求。

三、游泳项目考试方法说明

（一）场地器材

**1.场地**

在25米标准游泳池内进行，设置出发召回线、仰泳转身标志线和泳道分隔线，水质符合国家标准。

**2.器材**

半自动计时系统(人工计时备用)，测试误差±0.01秒，具备数据传输和安全保护功能，可现场数据导出，电子屏幕显示成绩，满足考试要求；配备秒表、哨子等；按照GB 19079.1配备救生员和救生器材。

（二）测试方法

出发——从起点处，在水中手扶池壁开始；转身——在途中折返转身时，允许使用身体的任何部分来触及池壁；结束——手触池壁即到达终点。测试时当场报出成绩并予以登记。

（三）基本要求

考生须持游泳体检合格证，并自备质量合格的游泳专用运动服方能参加考试；考生可采用任何一种泳姿（允许交替运用）游完规定的距离。不得使用或穿戴任何有利于速度、浮力、耐力的器具（如手蹼、脚蹼等），可戴护目镜；考生必须在规定的泳道内游完全程，途中不得在池底站立或在池底行走、拉泳道线和干扰别人游进；违反规则或基本要求者，不得参加考试或不计成绩。

四、乒乓球考试方法说明

（一）场地器材

**1.场地**

测试场地长不小于14米、宽不小于7米。相邻球台之间须用不低于0.75米的挡板隔开。

1/3

1/3

1/3

**发球机**

**2.器材**

发球机，出球速度、频率可调，出球角度可调节范围±30度，储球容量不小于100个，可发上旋球，能够定点发球和随机发球，集球网自动收集并循环出球，满足考试要求；乒乓球，直径40毫米，重量2.7克；乒乓球台(附网架和球网)，符合QB/T 2700；配备捡球器；球拍考生自备，考点提供备用；鼓励探索设置智能计分系统。

（二）测试方法及要求

1.考试开始，由乒乓球发球机定点向考生正、反手位连续交替供球30个，频率为40个球（±1）/分钟；球过网上缘8厘米左右高度，供球到考生球台左、右两侧1/3区域内的中线附近区间内（距球台端线约30-55厘米）。考生运用乒乓球正反手技术动作在全台区域内一正一反连续击球，应击中对面台面。

2.每名考生连续击球30个，且只进行一次测试。

3.因发球机原因造成的考生失误，允许重新测试。

（三）计分与标准

考试从发球机发出第一个球并落到考生反手位台面的瞬间开始计数，计算考生成功的累计次数。测试分数=Y×4（Y为击中次数）。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 次数 | 分值 | 次数 | 分值 |
| 25-30 | 100 | 12 | 48 |
| 24 | 96 | 11 | 44 |
| 23 | 92 | 10 | 40 |
| 22 | 88 | 9 | 36 |
| 21 | 84 | 8 | 32 |
| 20 | 80 | 7 | 28 |
| 19 | 76 | 6 | 24 |
| 18 | 72 | 5 | 20 |
| 17 | 68 | 4 | 16 |
| 16 | 64 | 3 | 12 |
| 15 | 60 | 2 | 8 |
| 14 | 56 | 1 | 4 |
| 13 | 52 |  |  |

五、羽毛球考试方法说明

（一）场地器材

**1.场地**

13.4米×5.18米室内标准羽毛球单打场地，在距后场端线前3米处，设置一高3.5米标志线，距后场端线前1米、1.5米、2米地面处各设一标志线。发球机放置在一侧半场前发球线前沿至中线1.5米处。发球机送球落地区域为发球机异侧半场底线中点向两侧各1.5米、向内3米所构成的3米×3米的正方形区域。



**2.器材**

发球机，出球速度、出球频率可调，储球容量不小于200支，定点发球偏差距离不超过50厘米，满足考试要求；测试用球为77号；3.5米标志杆2根，5.18米标志线1条，3米、5.18米标志带各3条；标准网柱（附网），符合GB/T 19851；球拍考生自备，考点提供备用；鼓励探索设置智能计分系统。

（二）测试方法及要求

1.考试开始，由羽毛球发球机送球，频率为20个球/分钟；以高远球发至规定区域内，考生以高远球将球击至对面单打场地有效落地区域内，考生回球须越过空中标志线。

2.每名考生连续击球20个，且只进行一次测试。

3.因机器供球偏离规定区域，考生可以放弃本次击球，本球无效，不计算击球次数；如考生击球，该球有效，继续考试。

4.当无效供球达到三次及以上时，允许重新测试。

（三）计分与标准

1.落地有效区域分值划分

女子落地有效区域分值划分：从底线向内1米为6分区，1-1.5米为5分，1.5-2米为4分区。

男子落地有效区域分值划分：从底线向内1米为6分区，1-1.5米为4分区，1.5-2米为3分区。

2.计分方法

男子测试分数=6分区个数×6 + 4分区个数×4 + 3分区个数×3

女子测试分数=6分区个数×6 + 5分区个数×5 + 4分区个数×4

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 测试分数 | 100-120 | 95-99 | 90-94 | 85-89 | 80-84 | 75-79 | 70-74 | 65-69 | 60-64 | 55-59 | 50-54 |
| 对应分值 | 100 | 95 | 90 | 85 | 80 | 75 | 70 | 65 | 60 | 55 | 50 |
| 测试分数 | 45-49 | 40-44 | 35-39 | 30-34 | 25-29 | 20-24 | 15-19 | 10-14 | 3-9 | 0 |  |
| 对应分值 | 45 | 40 | 35 | 30 | 25 | 20 | 15 | 10 | 5 | 0 |  |

六、网球考试方法说明

（一）场地器材

**1.场地**

23.77米×8.23米的标准单打网球场。发球机放置在底线中点区域，球落在发球线后50厘米×50厘米的正方形正手击球区域内。

发球机

50cm×50cm

**考生**

10分区

8分区

注：单打场地的球网至发球线的前半场区域是8分区（发球线属于前半场区域）；单打场地的发球线至底线的后半场区域是10分区（底线属于后半场区域）。

**2.器材**

发球机，球速40千米/小时，出球频率3秒/球，仰角20度，储球容量不小于150个，出球速度和出球频率均可调，满足考试要求；网球：中速球，质量56.0～59.4克，弹性1350～1470毫米，符合GB/T 22754；标准网柱（附网），符合GB/T 19851；球拍考生自备，考点提供备用；鼓励探索设置智能计分系统。

（二）测试方法及要求

1.考试开始，由在底线中点位置的网球发球机隔网送球，频率为3秒/球、球速40千米/小时、仰角20度，发送至对面发球线后50厘米×50厘米的规定区域内。考生站在对面底线适当位置，用球拍以网球正手技术将落地一次的球，击过网至单打场地规定区域内。

2.每名考生连续击球12个，且只进行一次测试。

3.因机器供球偏离规定区域，考生可以放弃本次击球，本球无效，不计算击球次数；若考生击球，该球有效，继续考试。

4.当无效供球达到三次及以上时，允许重新测试。

（三）计分与标准

**1.计分方法**

当击球过网后，球的第一落点在前半场区域内计8分；第一落点在后半场区域内计10分；若该球出界或下网，则计0分。

测试分数=8分区个数×8＋10分区个数×10。

**2.测试标准**

|  |  |
| --- | --- |
| 测试分数 | 对应分值 |
| 男 | 女 |
| 120-99 | 120-91 | 100 |
| 98-88 | 90-81 | 90 |
| 87-77 | 80-71 | 80 |
| 76-66 | 70-61 | 70 |
| 65-55 | 60-51 | 60 |
| 54-44 | 50-41 | 50 |
| 43-33 | 40-31 | 40 |
| 32-22 | 30-21 | 30 |
| 21-11 | 20-11 | 20 |
| 10-8 | 10-8 | 10 |
| 0 | 0 | 0 |

七、武术考试方法说明

（一）场地器材

场地设置需安全合理；测试场地长不小于14米、宽不小于8米，四周内沿应标明边线；配备哨子。

（二）测试内容

少年连环拳

（三）评价标准

9.0—10分

熟练完成全套动作，动作规范，方法正确，劲力充足，用力顺达，力点准确，手眼身法步配合协调，节奏分明，精神饱满，没有遗漏和失误动作。

7.5—8.9分

顺利完成全套动作，动作较规范，方法较正确，劲力基本充足，手眼身法步配合较协调，节奏较分明，精神集中，没有遗漏和明显失误动作。

6.0—7.4分

能够完成全套动作，动作基本规范，方法基本正确，手眼身法步配合基本协调，节奏基本分明，没有明显遗漏和失误动作。

5.9分及以下

不能完成全套动作，动作有明显错误，劲力不足，节奏混乱，无精打采，多次出现遗漏和失误动作。

（四）基本要求

每位考生有1次测试机会。

八、垫上运动考试方法说明

（一）场地器材

**1.场地**

每组在不小于长8米、宽4米的平整场地上进行。

**2.器材**

每组体操垫总长度6米，宽不小于1米，厚100毫米，安排至少一人保护，确保安全，参照GB/T 23124。

（二）测试内容

男生：前滚翻分腿起（3分）——前滚翻（1分）——头手倒立（4分）——前滚翻成蹲立，直立（2分）。

女生：前滚翻分腿起（3分）——前滚翻直腿坐（1分）——后倒成肩肘倒立（4分）——前滚成蹲立，直立（2分）。

（三）评价标准

男生：

9.0—10分：分腿起时直膝分腿，头手倒立一次完成，静止2秒钟，身体充分伸展，前滚翻起立无附加支撑。整套动作连贯，方向正确。

7.5—8.9分：分腿起时膝微屈，头手倒立一次完成，静止1秒钟，身体伸展，前滚翻起立略带支撑。整套动作连贯，方向正确。

6.0—7.4分：分腿起时屈膝，头手倒立一次完成，未能静止，前滚翻经支撑成蹲立，整套动作有停顿。

女生:

9.0—10分：分腿起直膝分腿，肩肘倒立一次完成，静止3秒钟，伸髋并腿直膝；前滚翻成蹲立无附加支撑，整套动作连贯，方向正确。

7.5—8.9分：分腿起时膝微屈，肩肘倒立一次完成，静止2秒钟，身体微屈，前滚翻成蹲立略带支撑。整套动作连贯。

6.0—7.4分：分腿起时屈膝，肩肘倒立一次完成，静止不足2秒种，屈髋屈膝，前滚成蹲立明显手撑垫。

（四）基本要求

每位考生仅有1次测试机会，失败的动作扣去该分值，并不得重做。

九、单杠考试方法说明

（一）场地器材

**1.场地**

在平整适宜的场地上进行。

**2.器材**

单杠高不低于1.4米，具体高度由学生自定，立柱软包，符合GB/T 19851.2；杠下和两侧放置厚200毫米的专用保护垫，另配厚100毫米可移动体操垫，安排至少一人保护，确保落地安全，参照GB/T 23124。

（二）测试内容

男生：跳上成支撑（1分）—— 一腿向前摆越成骑撑（3分）——前腿向后摆越成支撑（3分）——后摆下（3分）

女生：跳上成支撑（1分）—— 一腿向前摆越成骑撑（3分）——前腿向后摆越成支撑（3分）——前翻下（3分）

（三）评价标准

9.0—10分：直臂顶肩支撑，推杠移重心同时直膝单腿摆越，支撑稳定。男生两腿后摆高度超过杠面，推杠展体后落地平稳。女生前翻两脚落地轻且近杠。

7.5—8.9分：直臂顶肩支撑，推杠移重心同时屈膝单腿摆越，支撑稳定。男生两腿后摆高度超过杠面，推杠展体不明显，落地平稳。女生前翻两脚落地轻且稍离杠。

6.0—7.4分：直臂顶肩支撑，推杠移重心单腿摆越不协调且屈膝，支撑不稳定。男生两腿后摆高度低于杠面，推杠展体不明显，落地平稳。女生前翻两脚落地重，远离杠。

（四）基本要求

每位考生仅有1次测试机会，失败的动作扣去该分值，并不得重做。

十、双杠考试方法说明

（一）场地器材

**1.场地**

在平整适宜的场地上进行。

**2.器材**

双杠高1.3～1.7米，具体高度和宽度由学生自定，立柱软包，符合GB/T 19851.2；杠下放置厚200毫米的专用保护垫，另配厚100毫米可移动体操垫，安排至少两人保护，确保落地安全，参照GB/T 23124。

（二）测试内容

男生：跳上成分腿坐（1.5分）——分腿坐前进一次（3分）——两手换成体前握杠，后摆并腿进杠，前摆，后摆（2.5分）——前摆下（3分）。

女生：跳上成分腿坐（1.5分）——分腿坐前进一次（3分）——屈膝弹杠，前摆并腿进杠，后摆（2.5分）——前摆下（3分）。

（三）评价标准

9.0—10分：跳起支撑紧接直膝分腿落杠轻巧；前进时直腿，经展髋滑杠顺畅；进杠过渡圆滑，前后摆动一次、顶肩直臂高而稳；前摆下时直腿有挺身过程，落地平稳。整套动作熟练、协调。女生屈膝弹杠有力，并腿直膝进杠，动作协调。

7.5—8.9分：跳起紧接举腿过杠分腿坐；前进时两腿基本伸直，滑杠无停顿；前后摆动直腿直臂，前摆下经展体落地较稳。整套动作较协调。女生屈膝弹杠有力，并腿进杠。

6.0—7.4分：跳起后两腿同时举起分腿坐；前进时两腿滑杠无明显停顿或先后；进杠后有多次摆动，前摆下时屈髋，落地不够稳。女生经弹杠后两腿先后进杠。

（四）基本要求

每位考生仅有1次测试机会，失败的动作扣去该分值，并不得重做。

十一、支撑跳跃考试方法说明

（一）场地器材

**1.场地**

场地设置需安全合理，助跑距离不小于10米。

**2.器材**

跳箱，5～7格，箱高0.95～1.25米，可设三个高度，供学生选择；助跳板，1200毫米×600毫米×200毫米，离跳箱0.2米以上；跳箱和助跳板符合GB/T 19851.2。箱前放置厚不小于200毫米跳箱专用保护垫，跳箱与助跳板之间放置保护装置，防止助跳板移动，安排至少两人保护，确保落地安全。

（二）测试内容

横箱分腿腾越

（三）评价标准

9.0—10分：助跑起跳正确有力，推手快而积极，空中直膝分腿，展体充分，腾越轻盈，落地平稳。

7.5—8.9分：助跑起跳正确，推手积极，空中直膝分腿、展体，落地较稳。

6.0—7.4分：起跳正确，经双手推撑后分腿腾越过箱，双脚落地。

（四）基本要求

每位考生连续测试2次，取最高得分记录成绩。助跑踏上跳板即算测试一次。

十二、足球考试方法说明

（一）场地器材

**1.场地**

在平整的室外足球场上进行，测试区域长30米、宽10米。起点线至第一标志杆的距离为5米，每根标志杆之间各距5米。第5根标志杆左右两侧各设一5米射门限制线（与终点线平行），并在终点线处摆放足球门。



**2.器材**

足球为5号球，皮革材质，符合GB/T 22892；标志杆高不低于1.5米，直径25毫米，底座直径20厘米，稳固摆放；足球门为国际5人制足球比赛标准用门（白色），附网（白色），符合GB/T 19851；配备秒表。

（二）测试内容

运球绕杆+射门

（三）测试方法

受测者脚下持一球站在3米宽起点线后做好测试准备，当听到出发令后开始用脚运球绕杆，全程要求呈“S”形线路依次绕过5根标志杆。受测者运球绕过第5根标志杆，必须在5米横线上或越过5米横线完成射门（第五根标志杆左右各划5米横线）。球进门、球未进门或未在5米限制线内完成射门者即为完成全部测试。

（四）计时标准

受测者在起点线后任何一脚触及球的同时开始计时，当球的整体从地面或空中完全越过两个立柱之间球门线的垂直面即停止计时（包括球未进入球门）。记录受测者运球绕杆+射门的全程总时间（即测试成绩）。测试过程中若球未被射进球门或未在5米线内（线上）完成射门者，则在每次总测试成绩时间中另加2秒。以十分之一秒为单位记录，过百分之一秒则进位。如：7.11秒为7.2秒。

（五）测试要求

每位受测者有两次测试机会，以两次测试中最好的成绩计算。受测者在运球绕杆过程中出现漏绕标志杆时，应立即返回漏绕标志杆处继续按行进线路运球绕杆（失误时不准用手调整球），此时不停表。若受测者未按运球绕杆+射门测试要求完成全部过程，则此次测试失败不计算成绩。全程测试过程中，必须包含运球绕杆+射门动作，不允许运球带入球门线内。

十三、篮球考试方法说明

（一）场地器材

**1.场地**

28米×15米标准篮球场的半个场地，底线和边线外设置不小于2米的无障碍区，最近障碍物设安全保护。



 **2.器材**

篮球为6号球，皮革材质，符合GB/T 22868；篮球架篮圈高3.05米，篮板下沿及立柱应作包扎，确保安全，符合GB 23176；配备秒表。

（二）测试方法

由篮球场底线中点出发开始计时，运球至右（左）侧边线中点区域（1米为半径的弧）踩线后，返回并运球上篮（未投中者必须补投一次），抢篮板球后运球到左（右）侧边线中点，然后折返并运球上篮（未投中者必须补投一次，补投未进加4秒），投中或抢到篮板球停表并记录成绩。每人测试一次，以秒为单位记录测试成绩，过秒进位，不计小数，如：22.15秒为23秒。

测试时当场报出成绩并予以登记。

（三）基本要求

受测者出现带球跑、双手运球、运球上篮不碰篮板篮圈篮网、运球后原地投篮（补篮除外）等违例现象，每次加5秒；如开始就出现严重违例则召回重测并加5秒（重测只限一次）。

十四、排球考试方法说明

（一）场地器材

**1.场地**

在平整墙面垂直距地面高度1.4米处设置一标示线，平整地面水平距墙壁1.5米处设置一标示线，测试区域宽度不小于3米。

****

**2.器材**

排球为5号球，皮革材质，符合GB/T 22882。

（二）测试方法

考生站在地上标志线外，自己将球向上抛起（开始计时），连续对墙垫球。将球垫至墙面标志线以上，方能计数，反之不予计数。在垫球过程中，球落地由考生自行捡球并继续进行垫球，直至时间结束。测试时当场报出成绩并予以登记。

（三）基本要求

每位考生仅限一次测试机会，时间为40秒。

十五、辅助器材及管理平台

（一）手持机

手持机主要用于考试现场人工记录的成绩录入，具有非接触式IC卡和键盘输入ID号两种身份识别和电子签名功能，可实现数据安全保护和无线传输，满足考试数据记录和上传要求。

（二）监控系统

监控系统应覆盖全部考试项目，全程实时高清摄像、记录和监测考试现场，建设标准参考《国家教育考试标准化考点建设规范》。

（三）检录设备

入口处配备检录设备，通过读取学籍卡等对考生进行身份识别。

（四）网络环境

统一考试现场要有安全可靠、稳定高效的网络环境，满足考试数据、视频等实时传送和存储要求，同时，采取必要的保密措施保证信息安全。

搭建统一考试管理平台，能够实时统计入场及测试现场考生人数情况，记录、查询和存储全部测试数据、视频，具有数据比对分析、视频回放功能，可实现数据上传，可与市级平台进行数据对接，满足数据安全保护要求。

附件2

上海市初中毕业升学体育日常考核项目成绩评价标准

一、运动技能评分标准

（一）七年级

**1.武术——少年连环拳**

100分—85分

熟练完成全套动作，动作准确协调连贯，方法清楚，劲力充足，用力顺达，力点准确，节奏分明，精神饱满，没有遗漏和失误动作。

84分—75分

顺利完成全套动作，动作较准确协调连贯，方法基本清楚，劲力基本充足，有节奏，精神贯注，没有明显遗漏和失误动作。

74分—60分

能够完成全套动作，动作基本正确连贯，有劲力，精神集中，没有严重遗漏和失误动作。

59分以下

不能连贯完成全套动作，动作有明显错误，劲力不足，节奏混乱，无精打采，多次出现遗漏和错误动作，经提醒重做后，仍达不到要求。

**2.支撑跳越——横箱屈腿转体90度腾越**

100分—85分

动作协调、连贯、直角支撑明显，展体充分，落地稳

84分—75分

动作较协调、连贯、直角支撑较明显，展体较充分，落地稳

74分—60分

能完成动作，直角支撑不够明显，展体一般，落地较稳

59分以下

不能独立完成动作

**3.双杠——**

**跳起支撑摆动成右杠外侧坐——左杠外侧坐——向前跳下（女）**

**杠端跳起成分腿坐--分腿坐前进——前摆挺身下（男）**

100分—85分

动作准确，衔接连贯流畅，姿态优美。

84分—75分

动作准确，衔接稍有停顿，不够流畅，姿态比较优美。

74分—60分

能基本完成动作或在保护帮助下完成动作。

59分以下

不能完成动作或在保护帮助下也不能完成动作。

（二）八年级

**1.垫上运动——远撑前滚翻（女）鱼跃前滚翻（男）**

100分—85分

完成动作质量高，远撑明显到位，鱼跃有明显的高度和远度，滚动流畅、姿态优美。

84分—75分

完成动作质量尚可，远撑到位，鱼跃有高度和远度，滚动比较流畅，姿态比较优美。

74分—60分

能完成动作，女生有远撑，男生能跳起，但动作不够稳定，姿态不够优美。

59分以下

不能完成动作。

**2.篮球——半场区域内行进间运球投篮**

100分—85分

运球动作正确，上篮步法流畅，投篮时手部有明显拨球动作，并两次均将球投进篮框。

84分—75分

运球动作较正确，上篮步法较流畅，投篮时手部有拨球动作，并能投进一球。

74分—60分

能顺利完成动作，但没有进球。

59分以下

运球不协调，步伐不正确，投篮时手部没有拨球动作。

**3.单杠——跳上成支撑单腿向前摆越成骑撑——前腿向后摆越成支撑，跳下**

100分—85分

动作连贯，摆动充分，身体平衡稳，姿态优美。

84分—75分

动作较连贯，摆动不够充分，能控制身体平衡，姿态尚可。

74分—60分

能完成动作，有停顿，摆动不够充分，控制身体平衡不够稳，姿态一般。

59分以下

不能完成动作。

（三）九年级

**1.武术——少年初级长拳**

100分—85分

顺利完成全套动作，动作准确协调连贯，方法清楚，劲力较充足，用力较顺达，力点较准确，节奏分明，精神饱满，没有遗漏和失误动作。

84分—75分

能够完成全套动作，动作较准确协调连贯，方法基本清楚，劲力基本充足，有节奏，精神贯注，没有明显遗漏和失误动作。

74分—60分

基本完成全套动作，动作基本正确连贯，有劲力，精神集中，没有严重遗漏和失误动作。

59分以下

不能连贯完成全套动作，动作有明显错误，劲力不足，节奏混乱，无精打采，多次出现遗漏和错误动作。

**2.垫上运动——头手倒立（男）肩肘倒立（女）**

100分—85分

动作规范到位，身体挺直与支撑面保持垂直姿势并停顿三秒以上，姿态优美。

84分—75分

动作规范到位，身体基本挺直与支撑面保持垂直姿势并停顿二秒以上，姿态尚可。

74分—60分

在保护与帮助下完成动作，能脱离帮助保持身体基本挺直与支撑面保持垂直姿势。

59分以下

在保护与帮助下不能完成动作。

**3.支撑跳跃——横箱分腿腾越**

100分—85分

起跳正确有力，推手及时，腾越时保持直膝分腿，落地平稳。

84分—75分

起跳正确有力，推手积极，腾越时腿部稍有弯曲，落地平稳。

74分—60分

起跳正确有力，推手慢，腾越时两腿明显弯曲，落地平稳。

59分以下

不能完成动作。

二、运动水平评分标准

（一）七年级

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **项目** | **50米（秒）** | **1000米/800米****（分/秒）** | **跨越式跳高****（米）** | **双手头上掷实心球（米）****2公斤** | **跳绳****（1分钟)** | **项目** |
| **得分** | **男** | **女** | **男** | **女** | **男** | **女** | **男** | **女** | **男** | **女** | **得分** |
| **100** | **7″6** | **8″3** | **3′50″** | **3′23″** | **1.18** | **1.06** | **8.00** | **6.50** | **170** | **165** | **100** |
| **95** | **7″7** | **8″4** | **3′55″** | **3′28″** | **1.15** | **1.03** | **7.70** | **6.20** | **165** | **160** | **95** |
| **90** | **7″8** | **8″5** | **4′00″** | **3′33″** | **1.12** | **1.00** | **7.40** | **5.90** | **160** | **155** | **90** |
| **85** | **7″9** | **8″6** | **4′08″** | **3′38″** | **1.09** | **0.97** | **7.10** | **5.60** | **155** | **150** | **85** |
| **80** | **8″1** | **8″7** | **4′16″** | **3′45″** | **1.06** | **0.94** | **6.80** | **5.30** | **150** | **145** | **80** |
| **75** | **8″3** | **8″8** | **4′24″** | **3′52″** | **1.03** | **0.91** | **6.50** | **5.00** | **135** | **130** | **75** |
| **70** | **8″5** | **9″0** | **4′32″** | **3′59″** | **1.00** | **0.88** | **6.20** | **4.80** | **120** | **115** | **70** |
| **65** | **8″7** | **9″2** | **4′40″** | **4′06″** | **0.97** | **0.85** | **5.90** | **4.60** | **105** | **100** | **65** |
| **60** | **8″9** | **9″4** | **4′48″** | **4′13″** | **0.94** | **0.82** | **5.60** | **4.40** | **90** | **85** | **60** |
| **55** | **9″1** | **9″6** | **4′54″** | **4′18″** | **0.91** | **0.79** | **5.30** | **4.20** | **85** | **80** | **55** |
| **50** | **9″3** | **9″8** | **5′00″** | **4′23″** | **0.88** | **0.76** | **5.00** | **4.00** | **80** | **75** | **50** |
| **45** | **9″5** | **10″0** | **5′06″** | **4′28″** | **0.85** | **0.73** | **4.70** | **3.80** | **75** | **70** | **45** |
| **40** | **9″7** | **10″2** | **5′12″** | **4′33″** | **0.82** | **0.70** | **4.40** | **3.60** | **70** | **65** | **40** |
| **35** | **9″9** | **10″4** | **5′18″** | **4′38″** | **0.79** | **0.67** | **4.20** | **3.40** | **65** | **60** | **35** |
| **30** | **10″1** | **10″6** | **5′24″** | **4′43″** | **0.76** | **0.64** | **4.00** | **3.20** | **60** | **55** | **30** |
| **25** | **10″3** | **10″8** | **5′30″** | **4′48″** | **0.73** | **0.61** | **3.80** | **3.00** | **55** | **50** | **25** |
| **20** | **10″5** | **11″0** | **5′36″** | **4′53″** | **0.70** | **0.58** | **3.60** | **2.80** | **50** | **45** | **20** |
| **15** | **10″7** | **11″2** | **5′42″** | **4′58″** | **0.67** | **0.55** | **3.40** | **2.60** | **45** | **40** | **15** |
| **10** | **10″9** | **11″4** | **5′48″** | **5′03″** | **0.64** | **0.52** | **3.20** | **2.40** | **40** | **35** | **10** |
| **5** | **11″1** | **11″6** | **5′54″** | **5′08″** | **0.61** | **0.49** | **3.00** | **2.20** | **30** | **30** | **5** |

（二）八年级

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **项目** | **50米（秒）** | **1000米/800米****（分/秒）** | **跳远（米）** | **原地侧向推****实心球（米）****2公斤** | **引体向上（次）** | **仰卧起坐****(1分钟)** | **项目** |
| **得分** | **男** | **女** | **男** | **女** | **男** | **女** | **男** | **女** | **男** | **女** | **得分** |
| **100** | **7″3** | **8″1** | **3′40″** | **3′20″** | **4.32** | **3.49** | **9.00** | **6.60** | **10** | **48** | **100** |
| **95** | **7″4** | **8″2** | **3′45″** | **3′25″** | **4.22** | **3.41** | **8.80** | **6.30** |  | **45** | **95** |
| **90** | **7″5** | **8″3** | **3′50″** | **3′30″** | **4.12** | **3.33** | **8.50** | **6.10** | **9** | **42** | **90** |
| **85** | **7″6** | **8″4** | **3′55″** | **3′35″** | **4.02** | **3.25** | **8.10** | **5.90** |  | **39** | **85** |
| **80** | **7″7** | **8″5** | **4′02″** | **3′42″** | **3.92** | **3.17** | **7.80** | **5.70** | **8** | **36** | **80** |
| **75** | **7″8** | **8″7** | **4′09″** | **3′49″** | **3.84** | **3.09** | **7.40** | **5.40** |  | **34** | **75** |
| **70** | **8″0** | **8″9** | **4′16″** | **3′56″** | **3.76** | **3.01** | **7.10** | **5.20** | **7** | **32** | **70** |
| **65** | **8″2** | **9″1** | **4′23″** | **4′03″** | **3.68** | **2.93** | **6.80** | **5.00** |  | **30** | **65** |
| **60** | **8″4** | **9″3** | **4′30″** | **4′08″** | **3.60** | **2.85** | **6.50** | **4.80** | **6** | **28** | **60** |
| **55** | **8″6** | **9″5** | **4′35″** | **4′13″** | **3.52** | **2.77** | **6.10** | **4.50** |  | **26** | **55** |
| **50** | **8″8** | **9″7** | **4′40″** | **4′18″** | **3.44** | **2.69** | **5.80** | **4.30** | **5** | **24** | **50** |
| **45** | **9″0** | **9″9** | **4′45″** | **4′23″** | **3.36** | **2.61** | **5.50** | **4.10** |  | **22** | **45** |
| **40** | **9″2** | **10″1** | **4′50″** | **4′28″** | **3.28** | **2.53** | **5.20** | **3.90** | **4** | **20** | **40** |
| **35** | **9″4** | **10″3** | **4′55″** | **4′33″** | **3.22** | **2.45** | **5.00** | **3.70** |  | **18** | **35** |
| **30** | **9″6** | **10″5** | **5′00″** | **4′38″** | **3.16** | **2.40** | **4.80** | **3.50** | **3** | **16** | **30** |
| **25** | **9″8** | **10″7** | **5′05″** | **4′43″** | **3.10** | **2.35** | **4.60** | **3.30** |  | **15** | **25** |
| **20** | **10″0** | **10″9** | **5′10″** | **4′48″** | **3.04** | **2.30** | **4.40** | **3.10** | **2** | **14** | **20** |
| **15** | **10″2** | **11″1** | **5′15″** | **4′53″** | **2.98** | **2.25** | **4.20** | **2.90** |  | **13** | **15** |
| **10** | **10″4** | **11″3** | **5′20″** | **4′58″** | **2.92** | **2.20** | **4.00** | **2.70** | **1** | **12** | **10** |
| **5** | **10″6** | **11″5** | **5′25″** | **5′03″** | **2.86** | **2.15** | **3.80** | **2.50** |  | **11** | **5** |

（三）九年级

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **项目** | **50米（秒）** | **1000米/800米****（分/秒）** | **侧向移动推****实心球（米）****2公斤** | **项目** |
| **得分** | **男** | **女** | **男** | **女** | **男** | **女** | **得分** |
| **100** | **7″1** | **8″1** | **3′34″** | **3′19″** | **10.0** | **6.70** | **100** |
| **95** | **7″2** | **8″2** | **3′42″** | **3′27″** | **9.70** | **6.40** | **95** |
| **90** | **7″3** | **8″3** | **3′50″** | **3′35″** | **9.40** | **6.10** | **90** |
| **85** | **7″4** | **8″4** | **3′55″** | **3′40″** | **9.10** | **5.90** | **85** |
| **80** | **7″5** | **8″5** | **4′00″** | **3′45″** | **8.80** | **5.70** | **80** |
| **75** | **7″6** | **8″6** | **4′05″** | **3′50″** | **8.50** | **5.50** | **75** |
| **70** | **7″7** | **8″8** | **4′10″** | **3′55″** | **8.20** | **5.30** | **70** |
| **65** | **7″9** | **9″0** | **4′15″** | **4′00″** | **7.90** | **5.10** | **65** |
| **60** | **8″1** | **9″2** | **4′23″** | **4′08″** | **7.60** | **4.90** | **60** |
| **55** | **8″3** | **9″4** | **4′31″** | **4′16″** | **7.30** | **4.60** | **55** |
| **50** | **8″5** | **9″6** | **4′39″** | **4′24″** | **7.00** | **4.40** | **50** |
| **45** | **8″7** | **9″8** | **4′47″** | **4′32″** | **6.70** | **4.20** | **45** |
| **40** | **8″9** | **10″0** | **4′55″** | **4′40″** | **6.40** | **4.00** | **40** |
| **35** | **9″1** | **10″2** | **5′03″** | **4′48″** | **6.10** | **3.80** | **35** |
| **30** | **9″3** | **10″4** | **5′11″** | **4′56″** | **5.80** | **3.60** | **30** |
| **25** | **9″5** | **10″6** | **5′19″** | **5′04″** | **4.50** | **3.40** | **25** |
| **20** | **9″7** | **10″8** | **5′27″** | **5′12″** | **4.20** | **3.20** | **20** |
| **15** | **9″9** | **11″0** | **5′35″** | **5′20″** | **3.90** | **3.00** | **15** |
| **10** | **10″1** | **11″2** | **5′43″** | **5′28″** | **3.60** | **2.80** | **10** |
| **5** | **10″3** | **11″4** | **5′51″** | **5′36″** | **3.30** | **2.60** | **5** |

附件3

**2024年体育特长生免考市教委公布名单（闵行区)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 序号 | 学校 | 学生姓名 |
| 1 | 上海师范大学康城实验学校 | 朱子轩 |
| 2 | 上海师范大学康城实验学校 | 沈佳浩 |
| 3 | 上海师范大学康城实验学校 | 李文广 |
| 4 | 上海师范大学康城实验学校 | 徐奥冉 |
| 5 | 上海师范大学康城实验学校 | 张宇涵 |
| 6 | 上海师范大学康城实验学校 | 沈飞扬 |
| 7 | 上海师范大学康城实验学校 | 崔鸿宇 |
| 8 | 上海师范大学康城实验学校 | 李秋甫 |
| 9 | 上海师范大学康城实验学校 | 方栋竣 |
| 10 | 上海师范大学康城实验学校 | 于子墨 |
| 11 | 上海师范大学康城实验学校 | 娄家豪 |
| 12 | 上海师范大学康城实验学校 | 徐磊 |
| 13 | 上海师范大学康城实验学校 | 林楷轩 |
| 14 | 上海师范大学康城实验学校 | 王伦锋 |
| 15 | 上海师范大学康城实验学校 | 侯全收 |
| 16 | 上海师范大学康城实验学校 | 陈曈童 |
| 17 | 上海师范大学康城实验学校 | 李文亮 |
| 18 | 上海市文来中学 | 王子元 |
| 19 | 上海市文来中学 | 罗裕超 |
| 20 | 上海市文来中学 | 翟林伟 |
| 21 | 上海市文来中学 | 樊一鸿 |
| 22 | 上海市闵行区莘松中学 | 尹静萱 |
| 23 | 上海市闵行区莘松中学 | 余子悦 |
| 24 | 上海市闵行区莘松中学 | 张籽欣 |
| 25 | 上海市闵行区莘松中学 | 魏家楠 |
| 26 | 上海市闵行区莘松中学 | 盛子瑜 |
| 27 | 上海市闵行区莘松中学 | 姚欣怡 |
| 28 | 上海市闵行区莘松中学 | 金宸颉 |
| 29 | 上海市闵行区七宝第二中学 | 靳致远 |
| 30 | 上海市闵行区七宝第二中学 | 王天煜 |
| 31 | 上海市闵行区七宝第二中学 | 李悠然 |
| 32 | 上海市闵行区七宝第二中学 | 林黄佩伯 |
| 33 | 上海市闵行区七宝第二中学 | 王天煜 |
| 34 | 上海市闵行区七宝第二中学 | 史恒宇 |
| 35 | 上海市闵行区七宝第二中学 | 王晰然 |
| 36 | 上海市闵行区七宝第二中学 | 靳致远 |
| 37 | 上海市第二体育运动学校（上海市体育中学） | 杨博闻 |
| 38 | 上海市第二体育运动学校（上海市体育中学） | 张佳贝 |
| 39 | 上海市第二体育运动学校（上海市体育中学） | 周星同 |
| 40 | 上海市第二体育运动学校（上海市体育中学） | 蓝天一 |
| 41 | 上海市第二体育运动学校（上海市体育中学） | 马馨语 |
| 42 | 上海市第二体育运动学校（上海市体育中学） | 许涵菲 |
| 43 | 上海市第二体育运动学校（上海市体育中学） | 杨婕 |
| 44 | 上海市第二体育运动学校（上海市体育中学） | 施梦琪 |
| 45 | 上海市第二体育运动学校（上海市体育中学） | 邢毅 |
| 46 | 上海市第二体育运动学校（上海市体育中学） | 张淳 |
| 47 | 上海市第二体育运动学校（上海市体育中学） | 徐浩然 |
| 48 | 上海市第二体育运动学校（上海市体育中学） | 陈尚宇 |
| 49 | 上海市第二体育运动学校（上海市体育中学） | 范亿达 |
| 50 | 上海市第二体育运动学校（上海市体育中学） | 张璟雯 |
| 51 | 上海市第二体育运动学校（上海市体育中学） | 毛铱琳 |
| 52 | 上海市马桥强恕学校 | 朱琴 |
| 53 | 上海市马桥强恕学校 | 黄瑞佳 |
| 54 | 上海市马桥强恕学校 | 蒲宇轩 |
| 55 | 上海市马桥强恕学校 | 刘涛 |
| 56 | 上海市莘光学校 | 黄顾逸 |
| 57 | 上海市莘光学校 | 顾一帆 |
| 58 | 上海市莘光学校 | 王家杰 |
| 59 | 上海市莘光学校 | 吴荣轩 |
| 60 | 上海市莘光学校 | 杨灏铭 |
| 61 | 上海市莘光学校 | 郑丁丁 |
| 62 | 上海市莘光学校 | 俞承博 |
| 63 | 上海市莘光学校 | 李梓硕 |
| 64 | 上海市闵行区七宝第三中学 | 杨子龙 |
| 65 | 上海市闵行区七宝第三中学 | 孙嘉文 |
| 66 | 上海市闵行区七宝第三中学 | 丁韦栋 |
| 67 | 上海市龙柏中学 | 肖嘉欣 |
| 68 | 上海市龙柏中学 | 张榕欣 |
| 69 | 上海市龙柏中学 | 孙铣潞 |
| 70 | 上海市闵行区诸翟学校 | 阳志凯 |
| 71 | 上海市闵行区诸翟学校 | 李子越 |
| 72 | 华东师范大学第二附属中学附属初级中学 | 张俊涵 |
| 73 | 华东师范大学第二附属中学附属初级中学 | 虞嘉琳 |
| 74 | 上海师范大学附属闵行第三中学 | 张奕轩 |
| 75 | 上海师范大学附属闵行第三中学 | 梁俊超 |
| 76 | 上海中医药大学附属闵行晶城中学 | 徐卿媛 |
| 77 | 上海中医药大学附属闵行晶城中学 | 陶凯迪 |
| 78 | 上海体育职业学院附属中学 | 孙裕芯 |
| 79 | 上海体育职业学院附属中学 | 江米莱 |
| 80 | 上海市闵行区君莲学校 | 单若溪 |
| 81 | 上海市闵行区田园外国语中学 | 王梓炎 |
| 82 | 上海市闵行区纪王学校 | 秦子悦 |
| 83 | 上海市闵行区华漕学校 | 梁硕 |
| 84 | 上海市闵行区鹤北初级中学 | 郑维巧 |
| 85 | 上海市闵行区龙茗中学 | 张涵茜 |
| 86 | 上海市闵行区龙茗中学 | 吴政嘉 |
| 87 | 上海市闵行区浦江第一中学 | 罗翰旸 |
| 88 | 上海市闵行区明星学校 | 徐浩然 |
| 89 | 上海市吴泾中学 | 刘思娓 |
| 90 | 上海市莘城学校 | 赵泓博 |
| 91 | 上海市航华中学 | 梁智淳 |
| 92 | 上海市航华中学 | 赵安济 |
| 93 | 上海市闵行区梅陇中学 | 季敏宜 |
| 94 | 上海市闵行区马桥复旦万科实验中学 | 黄晨轩 |
| 95 | 上海市七宝中学附属鑫都实验中学 | 王天一 |
| 96 | 上海市民办万源城协和双语学校 | 梁莫非 |
| 97 | 上海市民办万源城协和双语学校 | 田广堉 |
| 98 | 上海星河湾双语学校 | 李赟朵 |
| 99 | 上海星河湾双语学校 | 吴桐 |
| 100 | 上海星河湾双语学校 | 何少凡 |
| 101 | 上海闵行区民办德闳学校 | 何楚艺 |
| 102 | 上海市民办德英乐实验学校 | 唐淼淼 |
| 103 | 上海闵行区协和双语教科学校 | 何范阳 |
| 104 | 上海闵行区万科双语学校 | 张晨茗 |
| 105 | 上海市民办协和双语学校 | 李宸宇 |
| 106 | 上海市民办文绮中学 | 刘家乐 |
| 107 | 上海市民办文绮中学 | 周皖晋 |
| 108 | 上海民办圣华紫竹双语 | 甘大珩 |