

华南理工大学 2019 年招收高水平运动队 专项测试内容、方法与标准

篮球专项测试内容、方法与标准

一、身体素质部分

边线折返跑（分值 150 分）

1. 测试方法

测试者在篮球场一侧边线后准备，当听到发令员发出开始指令，快速起跑冲向对侧边线，并踩过对侧边线后折返，当测试者躯干第 17 次冲过对侧边线后停表。本项目测试者须测试 3 组，组间歇 2 分钟。

2. 测试要求

1) 起跑时不能踩边线，不得抢跑；在跑的过程中，测试者每次折返时都要“踩过球场的边线”（图 1 所示），如有违犯直接罚下；

2) 间歇期，测试者到起点处休息，在提示“还有 30 秒”时，到起点处自己的号位处准备，裁判员在“还有 5 秒钟”时开始倒计时发令，如有拖延间歇时，将直接罚下。



图 1 脚踩过边线正、误示意图

3. 成绩记录与评定

1) 本项目取测试者 3 组测试的平均成绩为最终成绩（评分标准见表 1），数据精确到百分之一秒(如 62.01 秒)；

2) 未达到规定要求或违反规定，直接罚下，本次测试成绩无效；

3) 身高、体重以报到现场测量为准。

4. 测试流程

1) 测试前进行测试分组（原则上外线一组、内线一组），排好各组的起跑位次，记录员认真核对起跑位次号与该测试者姓名是否一致；

2) 测试者 4-6 人为一小组同时进行测试，两小组先后依次进行：第一小组跑完记录好成绩后，第二小组立即开始；第二小组跑时第一组处于休息期，“间歇时间到”第一小组开始第二个 17 次跑，如此每人跑完 3 组；

3) 7-9 名裁判员。两人发令兼计间歇时（每人负责一小组），并检查违规；4-6 人计时（用多块秒表，每人专计一名测试者）兼检查是否违规，如发现违规立即令其退出，一人总计时（计小组全部测试者，以便与每个计时员核实）兼开启比赛计时钟(设定的达标时间参考值)，一人总记录兼点名和排列起跑位次。

5. 身体条件与边线折返跑的相关规定

1) 身高 2.01 米（男）/1.90 米（女）以上运动员，身高每增加 1 厘米，平均成绩按（女身高 \geq 1.86 米；男身高 \geq 2.00 米）对照表减 1 秒。1.70 米（女）以下运动员，身高每减少 1 厘米，平均成绩按身高 $<$ 1.80 米加 0.2 秒；

2) 体重：体重超过 100kg（男）/85kg（女），每增加 1kg 加 0.2 秒；

3) 通过加减秒后，按照其成绩查分（评分标准见表 1）。

表 1 边线折返跑测试评分标准

男子边线折返跑平均成绩（秒）			得分
身高 $<$ 1.90 米	身高 1.90-1.99 米	身高 \geq 2.00 米	
59.0	61.0	63.0	150
59.1	61.1	63.1	148
59.2	61.2	63.2	146
59.3	61.3	63.3	144
59.4	61.4	63.4	142
59.5	61.5	63.5	140
59.6	61.6	63.6	138
59.7	61.7	63.7	136
59.8	61.8	63.8	134
59.9	61.9	63.9	132
60.0	62.0	64.0	130

60.1	62.1	64.1	128
60.2	62.2	64.2	126
60.3	62.3	64.3	124
60.4	62.4	64.4	122
60.5	62.5	64.5	120
60.6	62.6	64.6	118
60.7	62.7	64.7	116
60.8	62.8	64.8	114
60.9	62.9	64.9	112
61.0	63.0	65.0	110
61.1	63.1	65.1	108
61.2	63.2	65.2	106
61.3	63.3	65.3	104
61.4	63.4	65.4	102
61.5	63.5	65.5	100
61.6	63.6	65.6	98
61.7	63.7	65.7	96
61.8	63.8	65.8	94
61.9	63.9	65.9	92
62.0	64.0	66.0	90
62.1	64.1	66.1	88
62.2	64.2	66.2	86
62.3	64.3	66.3	84
62.4	64.4	66.4	82
62.5	64.5	66.5	80
62.6	64.6	66.6	78
62.7	64.7	66.7	76
62.8	64.8	66.8	74
62.9	64.9	66.9	72
63.0	65.0	67.0	70
63.1	65.1	67.1	68
63.2	65.2	67.2	66
63.3	65.3	67.3	64
63.4	65.4	67.4	62
63.5	65.5	67.5	60
63.6	65.6	67.6	58
63.7	65.7	67.7	56
63.8	65.8	67.8	54
63.9	65.9	67.9	52
64.0	66.0	68.0	50

女子边线折返跑平均成绩（秒）			得分
身高<1.80米	身高1.80-1.85米	身高≥1.86米	
65.0	67.0	69.0	150
65.1	67.1	69.1	148
65.2	67.2	69.2	146
65.3	67.3	69.3	144
65.4	67.4	69.4	142
65.5	67.5	69.5	140
65.6	67.6	69.6	138
65.7	67.7	69.7	136
65.8	67.8	69.8	134
65.9	67.9	69.9	132
66.0	68.0	70.0	130

66.1	68.1	70.1	128
66.2	68.2	70.2	126
66.3	68.3	70.3	124
66.4	68.4	70.4	122
66.5	68.5	70.5	120
66.6	68.6	70.6	118
66.7	68.7	70.7	116
66.8	68.8	70.8	114
66.9	68.9	70.9	112
67.0	69.0	71.0	110
67.1	69.1	71.1	108
67.2	69.2	71.2	106
67.3	69.3	71.3	104
67.4	69.4	71.4	102
67.5	69.5	71.5	100
67.6	69.6	71.6	98
67.7	69.7	71.7	96
67.8	69.8	71.8	94
67.9	69.9	71.9	92
68.0	70.0	72.0	90
68.1	70.1	72.1	88
68.2	70.2	72.2	86
68.3	70.3	72.3	84
68.4	70.4	72.4	82
68.5	70.5	72.5	80
68.6	70.6	72.6	78
68.7	70.7	72.7	76
68.8	70.8	72.8	74
68.9	70.9	72.9	72
69.0	71.0	73.0	70
69.1	72.1	73.1	68
69.2	72.2	73.2	66
69.3	72.3	73.3	64
69.4	72.4	73.4	62
69.5	72.5	73.5	60
69.6	72.6	73.6	58
69.7	72.7	73.7	56
69.8	72.8	73.8	54
69.9	72.9	73.9	52
70.0	73.0	74.0	50

二、技术部分

(一) 强度投篮 (分值 150 分)

1. 测试方法

1) 标准篮球场地，外线以 3 分线为限制 (界) 测试 3 分投篮，内线以 “2 分投篮线” 为限制 (界) 测试 2 分投篮。2 分投篮线的划法 (如图 2 所示)，以篮圈中心在地面上的投影点为圆心，以此点至罚球半圆与罚球线交点的距离为半径 (4.65m) 所划的弧线，弧线过合理冲撞区后为垂直于端线的直线；

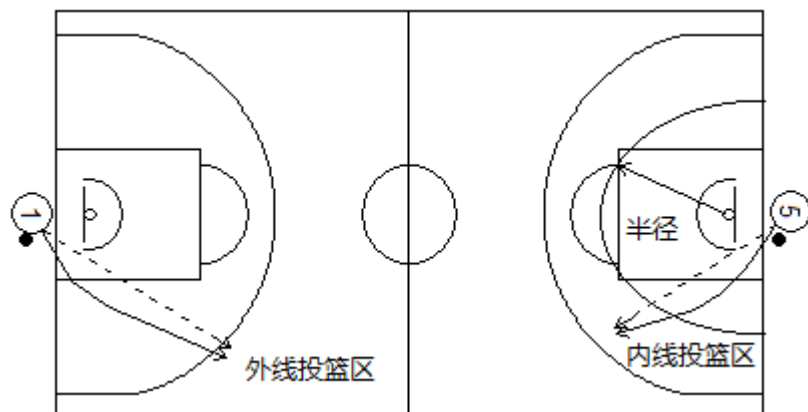


图2 内、外线投篮区

2) 外线：测试者①站在端线中点外的出发区内持球做好准备，听到“预备开始”口令后，立即将球抛到3分线外，快速转移抢步接球、跳起投篮、冲抢篮板球、抛出，连续反复快速进行；

3) 内线：测试者⑤站在端线中点外的出发区内持球做好准备，听到“开始”口令后，立即将球抛到2分线外，快速转移抢步接球、跳起投篮、冲抢篮板球、抛出，连续反复快速进行。

2. 测试要求

1) 测试者听到口令后方可开始向外抛球，抢到篮板球后要快速抛到线外，抢步接球投篮，无论是抛球到线外，还是接球投篮均不允许走步，如果出现抢篮板球后抱球跑、接球投篮前走步违例、其他同伴触球等情况，此次投中和投篮次数均无效；

2) 切记投篮强度要求，未达到规定投篮强度要求，不予计算成绩；

3) 要求投篮出手快、冲抢快、抛球转移快、抢步接球起跳快，投篮动作符合技术规范要求；

4) 记录员应大声报数测试者的投次和中次，若出现走步、投篮未触及篮圈、投篮时踩线等违例行为时，应立即用相应手势说明；

5) 每人测试两次，记录两次成绩，取最好成绩。

3. 成绩记录与评定

表2 强度投篮评分表（男篮）

外线队员					内线队员				
投次	命中	投次	命中	得分	投次	命中	投次	命中	得分
18	16	17	17	150	22	20	21	21	150

18	15	17	16	138	22	19	21	20	139
18	14	17	15	126	22	18	21	19	129
18	13	17	14	114	22	17	21	18	120
18	12	17	13	102	22	16	21	17	112
18	11	17	12	90	22	15	21	16	106
18	10	17	11	83	22	14	21	15	98
18	9	17	10	76	22	13	21	14	90
18	8	17	9	69	22	12	21	13	84
18	7	17	8	62	22	11	21	12	78
18	6	17	7	56	22	10	21	11	72
18	5	17	6	50	22	9	21	10	67
					22	8	21	9	62
					22	7	21	8	58
					22	6	21	7	54
					22	5	21	6	50

表 3 强度投篮评分表（女篮）

外线队员					内线队员				
投次	中次	投次	中次	分数	投次	中次	投次	中次	分数
17	15	16	16	150	21	19	20	20	150
17	14	16	15	136	21	18	20	19	139
17	13	16	14	123	21	17	20	18	128
17	12	16	13	111	21	16	20	17	118
17	11	16	12	100	21	15	20	16	108
17	10	16	11	90	21	14	20	15	99
17	9	16	10	82	21	13	20	14	90
17	8	16	9	74	21	12	20	13	84
17	7	16	8	66	21	11	20	12	78
17	6	16	7	58	21	10	20	11	72
17	5	16	6	50	21	9	20	10	66
					21	8	20	9	60
					21	7	20	8	55
					21	6	20	7	50

(二) 综合运球投篮 (分值 100 分)

1. 测试方法 (如图 3 所示)

1) 测试队员①持球从中圈圆弧线后起动, 先用右手加速运球, 当任意脚踩进三分线内后, 后退运球 (身体背对或侧对中线), 当任意脚踩进中圈后做胯下变向, 换成左手运球;

2) 当脚踩进 B 圆圈时做背后运球变向, 换右手运球, 当脚踩进罚球圈时, 转身运球突破后左手上篮;

3) 投中抢到篮板球后, 按原路线返回, 首先是用左手加速运球, 脚踩进罚球圈后做后转身变向运球, 换右手运球, 脚踩进 B 圆圈做背后变向运球, 换左手运球;

4) 当脚踩进中圈时, 继续用左手运球至三分线, 当脚踩进三分线内, 变后退运球, 当脚踩进中圈后做胯下变向, 换成右手运球;

5) 当脚踩进 D 圆圈时做背后运球变向, 换左手运球, 当脚踩进罚球圈, 后转身运球突破右手上篮;

6) 投中抢到篮板球后, 按原路线返回, 首先是用右手加速运球, 脚踩进罚球圈后做后转身变向运球, 换左手运球, 脚踩进 D 圆圈做背后变向运球, 换右手运球;

7) 当脚踩进中圈时, 反身快速运球投篮, 球中篮通过篮圈后停表。

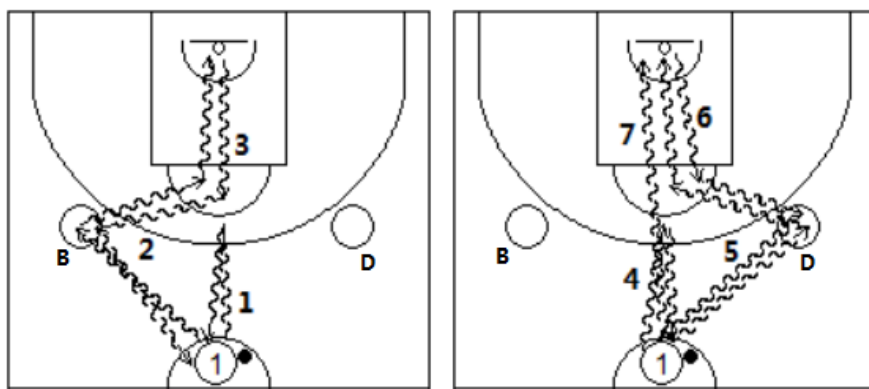


图 3 综合运球突破上篮示意图

2. 测试要求

1) 测试者必须按测试方法和步骤运球, 否则取消该次测试成绩;

2) 运球前进变向, 脚必须踩到身前圆圈, 后退运球, 身体背对或侧对中线, 任意脚必须踩进中圈才能变向。未按测试方法和路线运球, 出现脚未踩圆圈、未

能及时换手运球、返回时脚未踩进中圈、未按规定左(右)手投篮、携带球等，按技评标准要求扣除成绩或取消测试；

3) 每次上篮不中必须补中，最后踩进中圈反身快速运球投篮，球中篮通过篮圈后停表；

4) 每人测试两次，记录两次成绩，取最好成绩。

3. 身体条件与综合运球投篮的相关规定

1) 身高 2.01 米（男）/1.90 米（女）以上运动员，身高每增加 1 厘米，实际成绩减 1 秒。1.70 米（女）以下运动员，实际成绩加 1 秒；

2) 体重：体重超过 100kg（男）/85kg（女），每增加 1kg 加 0.2 秒；

3) 通过加减秒后，按照其成绩查分（评分标准见表 5）。

4. 成绩记录与评定

表 5 综合运球投篮测试评分标准（男篮）

≤1.90m				1.90-1.99m				≥2.00m			
成绩	分数	成绩	分数	成绩	分数	成绩	分数	成绩	分数	成绩	分数
24.0	150	29.0	99	25.0	150	30.0	99	26.0	150	31.0	99
24.1	148	29.1	98	25.1	148	30.1	98	26.1	148	31.1	98
24.2	147	29.2	97	25.2	147	30.2	97	26.2	147	31.2	97
24.3	146	29.3	96	25.3	146	30.3	96	26.3	146	31.3	96
24.4	145	29.4	95	25.4	145	30.4	95	26.4	145	31.4	95
24.5	144	29.5	94	25.5	144	30.5	94	26.5	144	31.5	94
24.6	143	29.6	93	25.6	143	30.6	93	26.6	143	31.6	93
24.7	142	29.7	92	25.7	142	30.7	92	26.7	142	31.7	92
24.8	141	29.8	91	25.8	141	30.8	91	26.8	141	31.8	91
24.9	140	29.9	90	25.9	140	30.9	90	26.9	140	31.9	90
25.0	139	30.0	89	26.0	139	31.0	89	27.0	139	32.0	89
25.1	138	30.1	88	26.1	138	31.1	88	27.1	138	32.1	88
25.2	137	30.2	87	26.2	137	31.2	87	27.2	137	32.2	87
25.3	136	30.3	86	26.3	136	31.3	86	27.3	136	32.3	86
25.4	135	30.4	85	26.4	135	31.4	85	27.4	135	32.4	85
25.5	134	30.5	84	26.5	134	31.5	84	27.5	134	32.5	84
25.6	133	30.6	83	26.6	133	31.6	83	27.6	133	32.6	83
25.7	132	30.7	82	26.7	132	31.7	82	27.7	132	32.7	82
25.8	131	30.8	81	26.8	131	31.8	81	27.8	131	32.8	81
25.9	130	30.9	80	26.9	130	31.9	80	27.9	130	32.9	80
26.0	129	31.0	79	27.0	129	32.0	79	28.0	129	33.0	79
26.1	128	31.1	78	27.1	128	32.1	78	28.1	128	33.1	78
26.2	127	31.2	77	27.2	127	32.2	77	28.2	127	33.2	77
26.3	126	31.3	76	27.3	126	32.3	76	28.3	126	33.3	76
26.4	125	31.4	75	27.4	125	32.4	75	28.4	125	33.4	75
26.5	124	31.5	74	27.5	124	32.5	74	28.5	124	33.5	74
26.6	123	31.6	73	27.6	123	32.6	73	28.6	123	33.6	73
26.7	122	31.7	72	27.7	122	32.7	72	28.7	122	33.7	72
26.8	121	31.8	71	27.8	121	32.8	71	28.8	121	33.8	71
26.9	120	31.9	70	27.9	120	32.9	70	28.9	120	33.9	70
27.0	119	32.0	69	28.0	119	33.0	69	29.0	119	34.0	69
27.1	118	32.1	68	28.1	118	33.1	68	29.1	118	34.1	68
27.2	117	32.2	67	28.2	117	33.2	67	29.2	117	34.2	67

27.3	116	32.3	66	28.3	116	33.3	66	29.3	116	34.3	66
27.4	115	32.4	65	28.4	115	33.4	65	29.4	115	34.4	65
27.5	114	32.5	64	28.5	114	33.5	64	29.5	114	34.5	64
27.6	113	32.6	63	28.6	113	33.6	63	29.6	113	34.6	63
27.7	112	32.7	62	28.7	112	33.7	62	29.7	112	34.7	62
27.8	111	32.8	61	28.8	111	33.8	61	29.8	111	34.8	61
27.9	110	32.9	60	28.9	110	33.9	60	29.9	110	34.9	60
28.0	109	33.0	59	29.0	109	34.0	59	30.0	109	35.0	59
28.1	108	33.1	58	29.1	108	34.1	58	30.1	108	35.1	58
28.2	107	33.2	57	29.2	107	34.2	57	30.2	107	35.2	57
28.3	106	33.3	56	29.3	106	34.3	56	30.3	106	35.3	56
28.4	105	33.4	55	29.4	105	34.4	55	30.4	105	35.4	55
28.5	104	33.5	54	29.5	104	34.5	54	30.5	104	35.5	54
28.6	103	33.6	53	29.6	103	34.6	53	30.6	103	35.6	53
28.7	102	33.7	52	29.7	102	34.7	52	30.7	102	35.7	52
28.8	101	33.8	51	29.8	101	34.8	51	30.8	101	35.8	51
28.9	100	33.9	50	29.9	100	34.9	50	30.9	100	35.9	50

表 6 综合运球投篮测试评分标准（女篮）

≤ 1.80m				1.81-1.85m				≥ 1.86m			
成绩	分数	成绩	分数	成绩	分数	成绩	分数	成绩	分数	成绩	分数
28.0	150	33.0	99	29.0	150	34.0	99	30.0	150	35.0	99
28.1	148	33.1	98	29.1	148	34.1	98	30.1	148	35.1	98
28.2	147	33.2	97	29.2	147	34.2	97	30.2	147	35.2	97
28.3	146	33.3	96	29.3	146	34.3	96	30.3	146	35.3	96
28.4	145	33.4	95	29.4	145	34.4	95	30.4	145	35.4	95
28.5	144	33.5	94	29.5	144	34.5	94	30.5	144	35.5	94
28.6	143	33.6	93	29.6	143	34.6	93	30.6	143	35.6	93
28.7	142	33.7	92	29.7	142	34.7	92	30.7	142	35.7	92
28.8	141	33.8	91	29.8	141	34.8	91	30.8	141	35.8	91
28.9	140	33.9	90	29.9	140	34.9	90	30.9	140	35.9	90
29.0	139	34.0	89	30.0	139	35.0	89	31.0	139	36.0	89
29.1	138	34.1	88	30.1	138	35.1	88	31.1	138	36.1	88
29.2	137	34.2	87	30.2	137	35.2	87	31.2	137	36.2	87
29.3	136	34.3	86	30.3	136	35.3	86	31.3	136	36.3	86
29.4	135	34.4	85	30.4	135	35.4	85	31.4	135	36.4	85
29.5	134	34.5	84	30.5	134	35.5	84	31.5	134	36.5	84
29.6	133	34.6	83	30.6	133	35.6	83	31.6	133	36.6	83
29.7	132	34.7	82	30.7	132	35.7	82	31.7	132	36.7	82
29.8	131	34.8	81	30.8	131	35.8	81	31.8	131	36.8	81
29.9	130	34.9	80	30.9	130	35.9	80	31.9	130	36.9	80
30.0	129	35.0	79	31.0	129	36.0	79	32.0	129	37.0	79
30.1	128	35.1	78	31.1	128	36.1	78	32.1	128	37.1	78
30.2	127	35.2	77	31.2	127	36.2	77	32.2	127	37.2	77
30.3	126	35.3	76	31.3	126	36.3	76	32.3	126	37.3	76
30.4	125	35.4	75	31.4	125	36.4	75	32.4	125	37.4	75
30.5	124	35.5	74	31.5	124	36.5	74	32.5	124	37.5	74
30.6	123	35.6	73	31.6	123	36.6	73	32.6	123	37.6	73
30.7	122	35.7	72	31.7	122	36.7	72	32.7	122	37.7	72
30.8	121	35.8	71	31.8	121	36.8	71	32.8	121	37.8	71
30.9	120	35.9	70	31.9	120	36.9	70	32.9	120	37.9	70
31.0	119	36.0	69	32.0	119	37.0	69	33.0	119	38.0	69
31.1	118	36.1	68	32.1	118	37.1	68	33.1	118	38.1	68
31.2	117	36.2	67	32.2	117	37.2	67	33.2	117	38.2	67
31.3	116	36.3	66	32.3	116	37.3	66	33.3	116	38.3	66

31.4	115	36.4	65	32.4	115	37.4	65	33.4	115	38.4	65
31.5	114	36.5	64	32.5	114	37.5	64	33.5	114	38.5	64
31.6	113	36.6	63	32.6	113	37.6	63	33.6	113	38.6	63
31.7	112	36.7	62	32.7	112	37.7	62	33.7	112	38.7	62
31.8	111	36.8	61	32.8	111	37.8	61	33.8	111	38.8	61
31.9	110	36.9	60	32.9	110	37.9	60	33.9	110	38.9	60
32.0	109	37.0	59	33.0	109	38.0	59	34.0	109	39.0	59
32.1	108	37.1	58	33.1	108	38.1	58	34.1	108	39.1	58
32.2	107	37.2	57	33.2	107	38.2	57	34.2	107	39.2	57
32.3	106	37.3	56	33.3	106	38.3	56	34.3	106	39.3	56
32.4	105	37.4	55	33.4	105	38.4	55	34.4	105	39.4	55
32.5	104	37.5	54	33.5	104	38.5	54	34.5	104	39.5	54
32.6	103	37.6	53	33.6	103	38.6	53	34.6	103	39.6	53
32.7	102	37.7	52	33.7	102	38.7	52	34.7	102	39.7	52
32.8	101	37.8	51	33.8	101	38.8	51	34.8	101	39.8	51
32.9	100	37.9	50	33.9	100	38.9	50	34.9	100	39.9	50

(三) 比赛 (分值 100 分)

1. 测试内容

- 1) 半场 3 对 3 比赛 (40 分);
- 2) 全场 5 对 5 比赛 (60 分)。

2. 测试方法及评分

1) 所有考生将参加比赛。根据测试者人数和测试者场上位置进行分组, 采用半场盯人防守, 测试考生的技战术运用能力。每场比赛时间, 以能够全部观察了解每个考生的情况而定;

2) 身材条件和个人攻防技术的特长;

3) 个人攻防技术能力。通过比赛, 观察考生个人攻防技术运用的合理合法性、熟练程度和协同配合的能力及意识;

4) 战术配合能力。组织发动快攻战术意识与能力; 两三人战术配合意识与能力。

三、身高加分

凡身高 \geq 指定位置身高时, 其总成绩给予相应加分 (表 7、8)。

表 7 中锋身高加分表

序号	身高 (米)	加分
1	男 2.00; 女 1.86	10
2	男 2.01; 女 1.88	20
3	男 2.02; 女 1.90	30

4	男 2.03; 女 1.92	40
5	男 2.04; 女 1.94	60
6	男 \geq 2.05; 女 \geq 1.96	80

表 8 前锋身高加分表

序号	身高（米）	加分
1	男 2.00; 女 1.83	10
2	男 2.01; 女 1.84	20
3	男 2.02; 女 1.85	30
4	男 2.03; 女 1.86	40
5	男 2.04; 女 1.87	60
6	男 \geq 2.05; 女 \geq 1.88	80

四、篮球考生总成绩

篮球考生总成绩 = 边线折返跑成绩 + 强度投篮成绩 + 综合运球投篮成绩 + 比赛成绩（两场比赛成绩的和）+ 身高加分；

如有考生报名位置与实际位置特点不符，一经发现立刻取消考试资格。

足球专项测试内容、方法与标准

基本技术和身体素质部分

一、传球（100分）

（一）测试方法

1. 测试者从起点带球推进至 $3\text{m} \times 3\text{m}$ 的方块内，将球传入 1、2、3、4 号区域（区域面积均为 $8\text{m} \times 8\text{m}$ ），方块距离 1、2 号区域 25m，距离 3、4 号区域 35m（图 1）；

2. 测试者需在 80 秒内完成 14 次传球（左、右脚各 7 次）。左脚传球至 1、3 号区域，右脚传球 2、4 号区域。传球至 1、2 号区域左、右脚各 4 次，每球分值 5 分，传球至 3、4 号区域左右脚各 3 次，每球分值 10 分。

（二）测试要求及评分

1. 测试者从起点开始，球动即开表计时，计算 80 秒内完成传球的总得分即为本项最后得分。

2. 测试者必须在方块内传球，否则视为无效，所有线属于区域内。

3. 每人两次机会，取最好成绩。



图 1

二、射门（100分）

（一）测试方法

1. 测试者在 18 码线框内，带球射门。射门起脚时，球不得越过大禁区 18 码线，且射中指定区域（标志桶与门柱之间的 2m 左右区域）方能得分（图 2）；
2. 规定脚法射门。测试者须在 60 秒内完成左、右脚足弓射门各 5 次，每球分值 5 分，满分 50 分；
3. 二选一脚法射门。测试者须在 80 秒内完成左、右脚正脚背或脚背内侧射门各 5 次，每球分值 5 分，满分 50 分。

（二）测试要求及评分

1. 测试者从大禁区弧顶开始，球动即开表计时，规定脚法和二选一脚法射门的总得分即为本项最后得分；
2. 测试者射门时，左脚只能射向球门左边区域，右脚只能射向球门右边区域，否则射中视为无效。二选一脚法射门时，脚的其他部位射门射中无效；
3. 每人两次机会，取最好成绩。

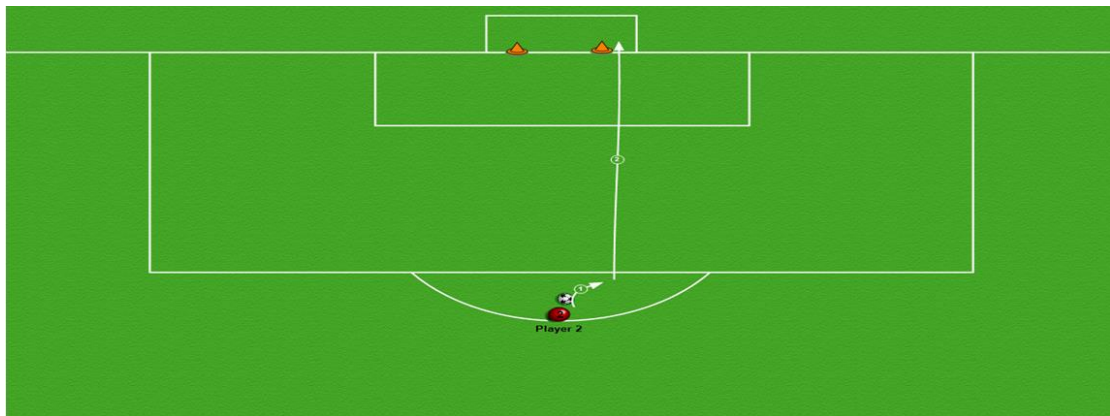


图 2

三、T 型灵敏测试（100分）

（一）测试方法

4 个标志桶摆放位置和距离如图 3 所示（5yard=4.57m，10yard=9.14m），测试者从 A 桶左侧开始，快速冲刺到 B 桶，用右手触摸 B 桶尖，侧并步跑到 C 桶，用左手触碰 C 桶尖，然后向右侧并步跑到 D 桶，用右手触碰 D 桶尖，然后再向左侧并步跑回 B 桶，用左手触碰 B 桶尖，然后后退跑回 A 桶，当测试者的身体通过

A 桶时，测试结束。

(二) 测试要求及评分

1. 当测试者侧并步跑双脚不在一条水平线上时，全程 4 次碰触桶尖漏碰的时候，整个跑动过程脸向侧或向后看的时候，这三种情况视为测试失败；
2. 每人两次机会，取最好成绩；
3. 评分标准见表 1。

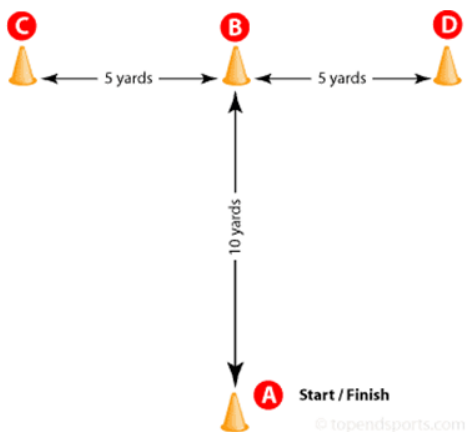


图 3

表 1

序号	时间 (t/秒)	分数
1	$t \leq 9.5$	100
2	$9.5 < t \leq 10.5$	80
3	$10.5 < t \leq 11.5$	60
4	$t > 11.5$	0

四、冲刺&灵活性测试 (100 分)

(一) 测试方法

测试场地及路线如图 4 所示，测试者须在 14m×8m 的区域里按照规定线路指引，分别完成无球跑动和带球跑动两种测试。

(二) 测试要求及评分

1. 无球跑动即为从起点绕过中途的杆跑到终点，分值 50 分。有球跑动则为从起点带球绕过杆到终点（以人球同时到为结束），分值 50 分；

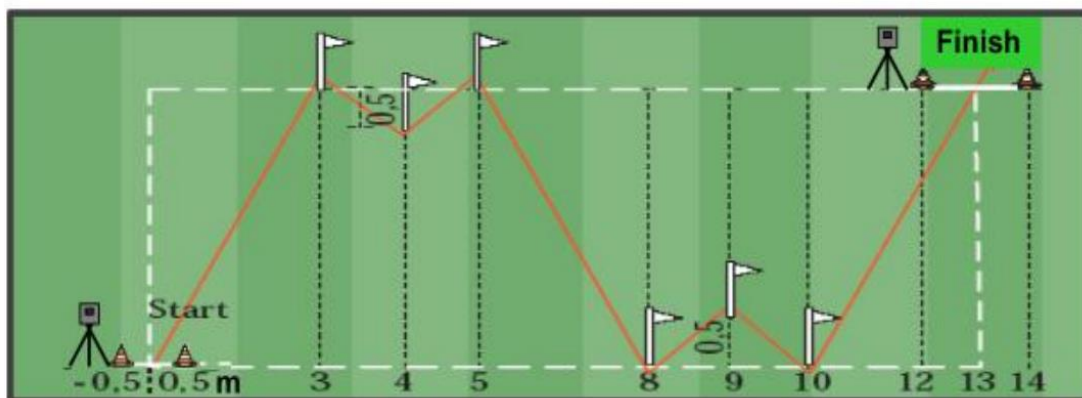


图 4

2. 先测试无球跑动，后测试有球跑动，各两次，取最好成绩，两小项得分之和即为本项最后得分；

3. 评分标准见表 2。

表 2

名次	得分	名次	得分
1	100	17	68
2	98	18	66
3	96	19	64
4	94	20	62
5	92	21	60
6	90	22	58
7	88	23	56
8	86	24	54
9	84	25	52
10	82	26	50
11	80	27	48
12	78	28	46
13	76	29	44
14	74	30	42
15	72	31	40
16	70	32	38

非守门员比赛部分

11 人制全场比赛（200 分）

一、测试方法及要求

1. 测试场地及时间：11 人制足球场。全场 90 分钟比赛，上下半场各 45 分钟，中场休息 15 分钟；

2. 测试方法：测试者按 11 人制竞赛方法分组进行组内对抗赛和校队对抗赛。共 2 场比赛，每场比赛各占 100 分。

二、测试评分原则

按照测试者所报位置进行考核。

1. 边后卫、边前卫

往返奔跑能力 30%，1 对 1 攻防能力 40%，补位插上时机及协防能力 30%；

2. 中卫

空中拦截能力（制空能力）50%，抢断、组织、速度能力 50%；

3. 后腰

攻防能力 25%，视野和转移球能力 25%，传威胁球能力 25%，远射能力 25%；

4. 前锋（前腰、边前锋）

突破、控球能力 30%，跑位时机 30%，射门得分能力 40%。

守门员测试内容及要求

一、基本技术测试（300 分）

（一）扑接球（100 分）

测试方法与标准：正面接地滚球、半高球、高球（50 分）。

侧面接地滚球、半高球、高球（50 分）。

评定考生站位合理性、接球前动作准备和扑接球能力。

（二）手掷球（100 分）

测试方法与标准：罚球区内测试者助跑单手掷球向左右边路 30 米处标志物（距离边线 10 米）周围区域，每个区域两次机会，左右区域各为 50 分。

评定守门员快速出球动作的连贯性、正确性和落点的准确性。

（三）移动踢远（100分）

测试方法与标准：罚球区内测试者助跑3-4步，将球踢向左右边路中线处标志物（距离边线10米）周围区域，每个区域两次机会，左右区域各为50分。

评定守门员快速出球动作的连贯性、正确性和落点的准确性。

二、11人制全场比赛（600分）

测试方法与标准：所有测试者将进行2场比赛（每场比赛占300分）。考察测试者扑球、组织进攻和防守等综合能力。

足球考生总成绩

1. 足球考生（非守门员）成绩：（总分600分）

考生总成绩 = 传球成绩 + 射门成绩 + T型灵敏测试成绩 + 冲刺&灵活性测试成绩 + 11人制比赛成绩（两场得分之和）

2. 足球考生（守门员）成绩：（总分900分）

考生总成绩 = 扑接球成绩 + 手掷球成绩 + 移动踢远成绩 + 11人制比赛成绩（两场得分之和）

田径专项测试内容、方法与考试评分标准

一、考试内容

项目设置：100 米、200 米、400 米、800 米、1500 米、5000 米、100 米栏、110 米栏、400 米栏、跳高、跳远、三级跳远、撑杆跳高、铅球、标枪、铁饼、十项全能、七项全能。

二、测试方法与评分标准

1. 考生只能根据招生简章的要求，在上述项目中选择一个专项进行考试（全能项目除外）。径赛可测试两次，取最好成绩计入考试成绩；田赛可多选择一个副项进行测试，作为参考成绩。

2. 全能项目的考生只测试下列四项，规定时间内完成（具体见测试日程表）。

男子全能

上午：110 米栏、跳高

下午：铁饼、标枪（二选一）和 1500 米

女子全能

上午：100 米栏、跳高

下午：标枪、800 米

各单项得分查中国田径协会审定的《田径项目分值表》，按四项累计得分为最后得分，计入考试成绩。

3. 单项和全能径赛项目测试采用电动计时，对第一次起跑犯规的考生给予警告，测试中只允许考生有一次起跑犯规而不被取消资格，之后一名或多名考生每次起跑犯规均将被取消该单项的考试资格。

4. 田赛远度项目每人均有六次试跳（掷）的机会。

5. 考试采用的跨栏栏架高度和投掷器材重量（见表 1 和表 2）。

表 1 测试栏架高度

组别	110 米栏（厘米）	100 米栏（厘米）	400 米栏（厘米）
男	106.7	—	91.4
女	—	84	76.2

表2 投掷项目测试器材的重量

组别	铅球(千克)	标枪(克)	铁饼(千克)	链球(千克)
男	7.26	800	2	7.26
女	4	600	1	4

6. 评分标准(表3~表6)

表3 男子径赛电计时评分表

分值	100米	200米	400米	800米	1500米	5000米	110米栏	400米栏
100	10.66	21.70	47.95	1:54.33	3:54.9	14:40.0	14.73	53.69
98	10.70	21.80	48.20	1:55.16	3:56.3	14:47.0	14.83	53.80
96	10.75	21.95	48.35	1:55.82	3:57.7	14:54.0	14.93	53.90
94	10.80	22.15	48.40	1:56.48	3:59.2	15:01.0	15.04	53.95
92	10.85	22.25	48.45	1:57.14	4:00.8	15:08.0	15.15	54.00
90	10.92	22.37	48.50	1:57.82	4:02.4	15:15.2	15.26	54.10
88	10.95	22.57	48.70	1:58.50	4:04.0	15:22.4	15.38	54.20
86	11.00	22.77	48.90	1:59.18	4:05.6	15:29.6	15.50	54.30
84	11.05	22.99	49.10	1:59.86	4:07.2	15:36.8	15.62	54.40
82	11.10	23.28	49.30	2:00.54	4:08.8	15:44.1	15.75	54.50
80	11.15	23.44	49.50	2:01.22	4:10.5	15:51.5	15.89	54.80
78	11.18	23.50	49.70	2:02.00	4:11.0	15:54.6	15.98	54.90
76	11.20	23.53	49.90	2:02.36	4:12.5	15:59.1	16.07	55.10
74	11.22	23.55	50.10	2:02.77	4:12.8	16:04.6	16.16	55.30
72	11.24	23.56	50.30	2:03.10	4:13.6	16:07.9	16.25	55.50
70	11.26	23.57	50.50	2:03.50	16:10.0	16:10.0	16.30	55.70
68	11.28	23.58	50.70	2:03.76	16:13.1	16:21.0	16.35	55.90
66	11.30	23.59	50.90	2:03.97	16:16.5	16:30.0	16.40	56.10
64	11.32	23.60	50.00	2:04.11	16:20.4	16:41.0	16.45	56.30
62	11.34	23.63	51.10	2:04.55	16:24.2	16.45.0	16.50	56.50
60	11.35	23.76	51.20	2:05.00	16:30.0	16:50.0	16.55	56.70

表4 男子田赛评分表

单位：米

分值	跳高	撑竿跳高	跳远	三级跳远	铅球	铁饼	标枪	全能
100	2.10	4.80	7.57	15.46	16.20	49.60	66.10	2430
98	2.09	4.76	7.50	15.23	16.00	48.70	65.10	2390
96	2.08	4.72	7.45	15.11	15.80	47.79	64.10	2350
94	2.07	4.68	7.40	15.00	15.60	46.87	63.10	2310
92	2.06	4.62	7.35	14.90	15.40	45.95	62.10	2270
90	2.04	4.56	7.30	14.83	15.10	45.03	61.00	2230
88	2.03	4.50	7.25	14.59	14.90	44.11	59.80	2190
86	2.02	4.44	7.20	14.45	14.70	43.17	58.60	2130
84	2.01	4.36	7.15	14.31	14.50	42.23	57.40	2070
82	2.00	4.28	7.10	14.16	14.30	41.29	56.00	2010
80	1.98	4.20	7.05	14.00	14.00	40.35	54.60	1950
78	1.96	4.16	7.00	13.98	13.70	40.30	54.40	1920
76	1.95		6.98	13.95	13.20	40.24	54.20	1890
74	1.94	4.13	6.78	13.93	13.00	40.15	53.90	1875
72	1.93		6.58	13.90	12.90	40.09	53.60	1855
70	1.92	4.09	6.50	13.85	12.80	40.00	53.30	1835
68	1.91		6.56	13.80	12.70	39.57	53.00	1815
66	1.90		6.54	13.75	12.60	39.23	52.50	1795
64	1.88	4.5	6.51	13.70	12.50	38.82	52.00	1780
62	1.85		6.52	13.65	12.40	38.40	51.50	1765
60	1.83	4.00	6.50	13.60	12.30	38.00	51.00	1750

表5 女子径赛电计时评分表

分值	100米	200米	400米	800米	1500米	5000米	100米栏	400米栏
100	12.33	24.86	55.38	2:12.80	4:31.0	17:10.0	14.33	1:01.00
98	12.37	25.00	55.70	2:13.80	4:33.7	17:16.0	14.43	1:01.40
96	12.41	25.30	55.95	2:14.90	4:36.4	17:22.0	14.53	1:01.80
94	12.45	25.50	56.20	2:15.90	4:39.1	17:28.0	14.63	1:02.20
92	12.49	25.70	56.70	2:17.00	4:41.8	17:34.0	14.73	1:02.60
90	12.53	25.90	57.30	2:18.00	4:44.5	17:40.0	14.83	1:03.00

分值	100 米	200 米	400 米	800 米	1500 米	5000 米	100 米栏	400 米栏
88	12.59	26.15	57.80	2:19.10	4:47.2	17:45.0	14.93	1:03.60
86	12.65	26.30	58.10	2:20.10	4:50.0	17:51.0	15.04	1:04.20
84	12.71	26.55	58.40	2:21.20	4:52.7	17:57.0	15.16	1:04.85
82	12.77	26.65	59.00	2:22.20	4:55.4	18:03.0	15.28	1:05.55
80	12.84	26.80	59.70	2:23.30	4:58.1	18:09.0	15.40	1:06.25
78	12.85	26.87	1:00.1	2:23.60	5:00.0	18:12.0	15.50	1:06.76
76	12.86	26.90	1:00.5	2:23.90	5:02.1	18:15.0	15.55	1:07.21
74	12.88	26.91	1:00.9	2:24.30	5:02.9	18:18.0	15.60	1:07.64
72	12.90	26.92	1:01.3	2:24.60	5:03.8	18:21.0	15.65	1:08.11
70	12.93	26.93	1:01.5	2:24.90	5:04.0	18:24.0	15.70	1:08.78
68	12.95	26.94	1:01.8	2:25.30	5:05.1	18:27.0	15.76	1:09.09
66	12.97	26.95	1:02.2	2:25.70	5:05.9	18:30.0	15.82	1:09.45
64	12.99	26.97	1:02.5	2:25.90	5:06.7	18:33.0	15.90	1:09.76
62	13.01	26.99	1:02.7	2:25.95	5:07.4	18:36.0	15.65	1:09.89
60	13.04	27.00	1:02.9	2:26.00	5:08.0	18:39.0	16.00	1:10.00

表 6 女子田赛评分表

单位：米

分值	跳高	撑竿跳高	跳远	三级跳远	铅球	铁饼	标枪	全能
100	1.75	3.60	5.98	13.20	15.30	51.00	52.00	2590
98	1.73	3.58	5.90	13.15	14.97	50.06	50.90	2550
96	1.72	3.55	5.85	13.10	14.72	49.12	49.80	2510
94	1.70	3.51	5.80	13.05	14.49	48.18	48.70	2470
92	1.69	3.47	5.75	13.00	14.17	47.24	47.60	2430
90	1.67	3.40	5.67	12.75	13.95	46.28	46.48	2390
88	1.65	3.38	5.65	12.55	13.55	45.32	45.36	2350
86	1.64	3.33	5.63	12.20	13.28	44.36	44.24	2310
84	1.62	3.27	5.61	12.00	12.98	43.40	43.12	2270
82	1.62	3.21	5.59	11.80	12.64	42.43	41.99	2230
80	1.60	3.15	5.57	11.50	12.00	41.45	40.85	2180
78	1.58	3.14	5.50	11.34	11.81	40.95	40.55	2165
76	1.57	3.13	5.45	11.33	11.65	40.35	40.15	2145
74	1.56	3.12	5.40	11.31	11.44	39.95	39.75	2130

分值	跳高	撑竿 跳高	跳远	三级 跳远	铅球	铁饼	标枪	全能
72	1.54	3.11	5.35	11.29	10.90	39.45	39.10	2105
70	1.52	3.10	5.30	11.26	10.60	39.00	38.50	2095
68	1.51	3.09	5.25	11.23	10.21	38.50	38.400	2080
66	\	3.07	5.20	11.20	9.63	38.30	38.30	2065
64	1.48	3.05	5.10	11.15	9.33	38.00	38.10	2055
62	\	2.95	5.05	11.10	8.96	37.50	37.90	2045
60	1.45	2.90	5.00	11.00	8.50	37.00	37.50	2030

乒乓球专项测试内容、方法与成绩评定

一、测试内容

比赛

二、方法

1. 男、女考生分开设组，分单招组、二本线 65%组、二本线组进行测试；
2. 各组别超过 5 人，先进行分组循环，再进行抽签淘汰赛制决出名次，5 人及 5 人以下则进行单循环赛制决出名次；
3. 所有比赛均采用五局三胜制，比赛用球：双鱼白色三星 V40+乒乓球，比赛测试时将对球拍进行随机抽检。

三、成绩评定

考试成绩由名次评分（95%）和考评专家评分（5%）两个方面综合评定。

1. 考生比赛名次评分表

表 1 比赛名次评分表

比赛名次	得分
第一名	95
第二名	93
第三名	91
第四名	89
第五名	87
第六名	85
第七名	83
第八名	81
第九名	79
第十名	77

2. 考评专家评分

由考评专家小组根据考生过往训练、比赛经历，结合校队打法配置需要以及考生临场测试总体表现情况，给予 1-5 分加分。

游泳专项测试内容、方法与标准

一、考试内容

专项设置：100米自由泳、200米自由泳、400米自由泳、800米自由泳（女子）、1500米自由泳（男子）、100米仰泳、200米仰泳、100米蛙泳、200米蛙泳、100米蝶泳、200米蝶泳、200米混合泳和400米混合泳。

二、考试方法与评分标准

（一）考试方法：

1.考试总分：100分

主项：占90%；必考项目：200米混合泳，占10%。

主项与必考项目各测试一次。以200米混合泳为主项的考生，须选择除200米混合泳以外的任一项目作为必考项目。

根据测试日程表，所有考生主项考试结束后30分钟，开始统一进行必考项目考试。

2.所有项目均按中国游泳协会审定的最新游泳竞赛规则执行。

（二）评分标准：（见表1、表2）

表1 男子评分表（50米池）

分值	100米自	200米自	400米自	1500米自	100米蝶	200米蝶	100米仰	200米仰	100米蛙	200米蛙	200米混	400米混
100	51.50	1:51.55	3:58.60	16:00.30	55.45	2:02.70	58.45	2:06.45	1:03.80	2:21.90	2:08.20	4:31.20
99	51.90	1:52.69	4:00.84	16:08.27	55.91	2:03.83	59.01	2:07.61	1:04.52	2:23.21	2:09.28	4:33.91
98	52.30	1:53.84	4:03.08	16:16.24	56.36	2:04.96	59.56	2:08.76	1:05.24	2:24.52	2:10.36	4:36.62
97	52.70	1:54.99	4:05.32	16:24.21	56.82	2:06.09	1:00.12	2:09.92	1:05.96	2:25.83	2:11.44	4:39.33
96	53.10	1:56.13	4:07.56	16:32.18	57.27	2:07.22	1:00.67	2:11.07	1:06.68	2:27.14	2:12.52	4:42.04
95	53.50	1:57.28	4:09.80	16:40.15	57.73	2:08.35	1:01.23	2:12.22	1:07.40	2:28.45	2:13.60	4:44.75
94	53.90	1:58.42	4:12.04	16:48.12	58.18	2:09.48	1:01.78	2:13.38	1:08.12	2:29.76	2:14.68	4:47.46

93	54.30	1:59.57	4:14.28	16:56.09	58.64	2:10.61	1:02.34	2:14.53	1:08.84	2:31.07	2:15.76	4:50.17
92	54.70	2:00.71	4:16.52	17:04.06	59.09	2:11.74	1:02.89	2:15.69	1:09.56	2:32.38	2:16.84	4:52.88
91	55.10	2:01.86	4:18.76	17:12.03	59.55	2:12.87	1:03.45	2:16.84	1:10.28	2:33.69	2:17.92	4:55.59
90	55.50	2:03.00	4:21.00	17:20.00	1:00.00	2:14.00	1:04.00	2:18.00	1:11.00	2:35.00	2:19.00	4:58.30
89	55.98	2:04.00	4:23.25	17:28.75	1:00.55	2:15.20	1:04.50	2:19.15	1:11.45	2:35.95	2:20.05	4:59.93
88	56.45	2:05.00	4:25.50	17:37.50	1:01.10	2:16.40	1:05.00	2:20.30	1:11.90	2:36.90	2:21.10	5:01.57
87	56.93	2:06.00	4:27.75	17:46.25	1:01.65	2:17.60	1:05.50	2:21.45	1:12.35	2:37.85	2:22.15	5:03.20
86	57.40	2:07.00	4:30.00	17:55.00	1:02.20	2:18.80	1:06.00	2:22.60	1:12.80	2:38.80	2:23.20	5:04.84
85	57.88	2:08.00	4:32.25	18:03.75	1:02.75	2:20.00	1:06.50	2:23.75	1:13.25	2:39.75	2:24.25	5:06.47
84	58.35	2:09.00	4:34.50	18:12.50	1:03.30	2:21.20	1:07.00	2:24.90	1:13.70	2:40.70	2:25.30	5:08.11
83	58.83	2:10.00	4:36.75	18:21.25	1:03.85	2:22.40	1:07.50	2:26.05	1:14.15	2:41.65	2:26.35	5:09.74
82	59.30	2:11.00	4:39.00	18:30.00	1:04.40	2:23.60	1:08.00	2:27.20	1:14.60	2:42.60	2:27.40	5:11.38
81	59.78	2:12.00	4:41.25	18:38.75	1:04.95	2:24.80	1:08.50	2:28.35	1:15.05	2:43.55	2:28.45	5:13.01
80	1:00.25	2:13.00	4:43.50	18:47.50	1:05.50	2:26.00	1:09.00	2:29.50	1:15.50	2:44.50	2:29.50	5:14.65

表2 女子评分表（50米池）

分值	100米自	200米自	400米自	800米自	100米蝶	200米蝶	100米仰	200米仰	100米蛙	200米蛙	200米混	400米混
100	56.30	2:01.20	4:15.80	8:53.40	1:00.50	2:14.20	1:04.30	2:18.30	1:10.75	2:36.60	2:18.40	4:56.80
99	56.92	2:02.58	4:18.62	8:58.26	1:01.25	2:15.28	1:04.77	2:19.42	1:11.48	2:38.04	2:19.56	4:58.92
98	57.54	2:03.96	4:21.44	9:03.12	1:02.00	2:16.36	1:05.24	2:20.54	1:12.20	2:39.48	2:20.72	5:01.04
97	58.16	2:05.34	4:24.26	9:07.98	1:02.75	2:17.44	1:05.71	2:21.66	1:12.92	2:40.92	2:21.88	5:03.16
96	58.78	2:06.72	4:27.08	9:12.84	1:03.50	2:18.52	1:06.18	2:22.78	1:13.65	2:42.36	2:23.04	5:05.28

95	59.40	2:08.10	4:29.90	9:17.70	1:04.25	2:19.60	1:06.65	2:23.90	1:14.37	2:43.80	2:24.20	5:07.40
94	1:00.02	2:09.48	4:32.72	9:22.56	1:05.00	2:20.68	1:07.12	2:25.02	1:15.10	2:45.24	2:25.36	5:09.52
93	1:00.64	2:10.86	4:35.54	9:27.42	1:05.75	2:21.76	1:07.59	2:26.14	1:15.82	2:46.68	2:26.52	5:11.64
92	1:01.26	2:12.24	4:38.36	9:32.28	1:06.50	2:22.84	1:08.06	2:27.26	1:16.55	2:48.12	2:27.68	5:13.76
91	1:01.88	2:13.62	4:41.18	9:37.14	1:07.25	2:23.92	1:08.53	2:28.38	1:17.27	2:49.56	2:28.84	5:15.88
90	1:02.50	2:15.00	4:44.00	9:42.00	1:08.00	2:25.00	1:09.00	2:29.50	1:18.00	2:51.00	2:30.00	5:18.00
89	1:03.02	2:16.20	4:47.10	9:49.00	1:08.60	2:26.47	1:09.60	2:30.68	1:18.55	2:52.10	2:31.40	5:21.15
88	1:03.55	2:17.40	4:50.20	9:56.00	1:09.20	2:27.95	1:10.20	2:31.85	1:19.10	2:53.20	2:32.80	5:24.30
87	1:04.07	2:18.60	4:53.30	10:03.00	1:09.80	2:29.42	1:10.80	2:33.03	1:19.65	2:54.30	2:34.20	5:27.45
86	1:04.60	2:19.80	4:56.40	10:10.00	1:10.40	2:30.90	1:11.40	2:34.20	1:20.20	2:55.40	2:35.60	5:30.60
85	1:05.12	2:21.00	4:59.50	10:17.00	1:11.00	2:32.37	1:12.00	2:35.38	1:20.75	2:56.50	2:37.00	5:33.75
84	1:05.65	2:22.20	5:02.60	10:24.00	1:11.60	2:33.85	1:12.60	2:36.55	1:21.30	2:57.60	2:38.40	5:36.90
83	1:06.17	2:23.40	5:05.70	10:31.00	1:12.20	2:35.32	1:13.20	2:37.73	1:21.85	2:58.70	2:39.80	5:40.05
82	1:06.70	2:24.60	5:08.80	10:38.00	1:12.80	2:36.80	1:13.80	2:38.90	1:22.40	2:59.80	2:41.20	5:43.20
81	1:07.22	2:25.80	5:11.90	10:45.00	1:13.40	2:38.27	1:14.40	2:40.08	1:22.95	3:00.90	2:42.60	5:46.35
80	1:07.75	2:27.00	5:15.00	10:52.00	1:14.00	2:39.75	1:15.00	2:41.25	1:23.50	3:02.00	2:44.00	5:49.50