

闽教基〔2020〕39号

福建省教育厅关于进一步做好普通高中 体育与健康学业水平考试工作的通知

各市、县（区）教育局、平潭综合实验区社会事业局，福州一中、福建师大附中：

根据《国务院办公厅关于新时代推进普通高中育人方式改革的指导意见》部署，2019年我厅印发的《关于做好普通高中学科教学安排等有关事项的通知》已明确从2018级起普通高中体育与健康学业水平合格性考试由各设区市统一组织实施。考虑到当前正处新旧课程交替阶段，经研究，现就2018级及2019级普通高中学生体育与健康学业水平考试有关事宜通知如下：

一、指导思想

坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻落实中共中央办公厅 国务院办公厅印发《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》，体育总局和教育部联合印发的《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》和福建省人民政府办公厅《关于强化学校体育促进学生身心健康全面发展的实施意见》等文件部署，落实立德树人的根本任务，贯彻普通高中体育与健康课程标准，充分发挥考试评价对普通高中体育与健康学科教学的导向作用，提高学生体育与健康学科核心素养，促进学生身心健康、体魄强健和全面发展，为培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人奠定基础。

二、目标任务

根据国家新的普通高中体育与健康课程的基本理念与目标要求，通过改革完善考试方式和内容，科学评价学生对体育与健康基础知识、体能、运动技能、健身能力、娱乐欣赏能力、适应能力和学习能力等掌握情况，让各地各校树牢“健康第一”的理念，提升普通高中体育与健康教育教学水平。

三、命题原则

（一）导向性原则。面向全体学生，落实立德树人的根本任务，实施素质教育，贯彻高中体育与健康课程的理念，提高学生体育与健康学科核心素养，有利于促进学生身心健康、体魄强健

和全面发展，充分发挥学业水平考试对普通高中体育与健康学科教学的正确导向作用。

（二）基础性原则。考查学生体育与健康基础知识、运动技能、体能、健身能力、娱乐欣赏能力、适应能力和学习能力。笔试和实践考试难易适当，能够真实反映出学生的学业水平。

（三）科学性原则。试题设计和实践考试内容应体现体育学科特点，具有较高的信度、效度，能较全面反映高中学生的身心发展情况。试卷结构合理，试题考试和实践考试内容科学、严谨，试题文字简洁、规范，试题和实践考试的评价标准准确、合理、有效。

（四）选择性原则。鉴于各校因地制宜开展高中体育与健康的模块教学，根据学生的选学项目对学生的运动技能进行实践考试，促进学生形成运动爱好，掌握运动专长。

（五）实践性原则。普通高中体育与健康课程的主要特点是以身体练习为主，具有很强的实践性。本课程的结构主体是运动技能和体能的学习，通过身体练习的手段和方法，培养学生的运动技能、体能、健身能力、娱乐欣赏能力、适应能力和学习能力。

（六）可操作性原则。遵循《普通高中体育与健康课程标准（实验）》和《国家学生体质健康标准（2014年修订版）》的基本要求，考试项目简便易操作，有利于实施智能化和标准化考试，确保考试的公平性和权威性。

四、考试内容要求

（一）命题依据

依据 2003 年教育部《普通高中体育与健康课程标准（实验）》、《福建省教育厅关于做好普通高中（2018 级）课程实施有关工作的通知》（闽教基〔2018〕69 号）、《福建省教育厅关于做好普通高中学科教学安排等有关事项的通知》（闽教基〔2019〕43 号）、《福建省普通高中学业水平考试实施办法（试行）》（闽教基〔2016〕53 号）及国家相关教学文件，并结合我省普通高中教学实际进行命题。

（二）考试内容

考试内容包括必修必学的健康教育（笔试）和田径（实践考试），以及必修选学的运动技能实践考试。必修必学的田径实践考试从省定考试项目中选择一项进行考试，必修选学的运动技能实践考试由学生从设区市公布的田径类、球类、体操类、民族民间体育类、水上和冰雪类、新兴运动类等六个系列考试项目中选择一个学校有开设的项目作为考试内容进行考试。必修选学运动技能实践考试中，考生若选择田径类进行考试，则其所选具体项目不能与其在必修必学田径中所选择的项目相同。相关项目和要求详见下表。

	考试项目	具体内容	要求	权重	类型
必修必学	健康教育 (笔试)	《普通高中体育与健康课程标准(实验)》中要求的体育与健康知识,如:掌握和应用营养知识;懂得环境对身体健康的影响;了解艾滋病和性病等传染性疾病的传播途径和预防措施;知道科学体育锻炼的基本方法,掌握制订简单的个人锻炼计划;了解评价体育锻炼效果的方法,知道评价体能测试的结果;掌握科学体育锻炼在心理健康和社会适应方面的积极作用等。		20%	必考
	田径 (实践考试)	1000米跑(男生)、800米跑(女生)、立定三级跳远、跳远、50米跑、原地双手头上前掷实心球。	按照省级制订的考试内容和评价标准进行评价(详见附件1)。	40%	必考(由学生按性别选择其中一项进行考试)
必修选学(运动技能实践考试)	田径类	跑	由设区市按照《普通高中体育与健康课程标准(实验)》要求,结合当地高中校开设的运动技能项目情况,参照省级制订运动技能考试项目和评价标准范例(详见附件2),确定运动技能选考项目范围并制定评价标准。	40%	选考(由学生根据学校开设的运动项目自主选择某个类别的一个项目进行考试)
		跳跃			
		投掷			
	球类	篮球			
		足球			
		排球			
		羽毛球			
		网球			
	体操类	技巧			
		器械			
		健美操			
		其他项目			
	民族民间体育类	武术徒手			
武术器械					
其它项目					
水上和冰雪类	游泳				
新兴运动类	花样跳绳				
	体育舞蹈				
	其它项目				

五、考试形式及时间安排

(一) 考试形式。采用笔试（闭卷）和运动技能实践考试相结合的形式。笔试时间 30 分钟，运动技能实践考试时间视项目而定。

(二) 考试组织。笔试部分由省考试院统一组织命题，考试方式及时间另行通知。运动技能实践考试由设区市统筹安排，必修必学中田径技能考试由设区市统一组织实施。必修选学部分运动技能考试原则上应由设区市统一组织实施，暂不具备条件的，可由县（市、区）或学校按设区市要求组织实施，设区市应会同县（市、区）选派专家进校、进点开展视导，保证运动技能测试规范实施。

(三) 考试时间。全省普通高中体育与健康学科学业水平运动技能实践考试时间原则上安排在每年 4 月份举行，具体考试时间由各设区市公布。

(四) 监管方式。省级将会同设区市建立巡查、抽考制度，加强对各地体育与健康学业水平合格性考试监管，确保考试工作规范有序开展。

六、笔试及实践考试结构

(一) 笔试题型。笔试题型结构分为选择题和判断题。选择题 15 题，判断题 10 题，每题各 4 分，满分 100 分。

(二) 实践考试。实践考试包括必修必学中田径项目和必修

选学中运动技能项目考试，两个项目考试均由学生按要求分别从相关类别中选择一个项目进行考试。每个项目满分均为 100 分。

七、成绩评定

（一）成绩计算。原则上，除实践考试免考的学生外，其他学生笔试、必修必学的田径项目和必修选学项目的成绩分别以 20%、40%、40% 的权重比例计入体育与健康学科学业水平考试总成绩。设区市若因地方特殊情况，须调整实践考试两个项目成绩占总成绩权重比例，调整理由及方案应报我厅审批后，方可执行。

（二）成绩呈现。普通高中学生体育与健康学科学业水平考试成绩以“合格”、“不合格”方式呈现，总成绩大等于 60 分为合格，小于 60 分为不合格。

八、免考和缓考

因身体残疾丧失运动能力或患有不适合剧烈运动疾病的考生，可申请实践考试（必修必学的田径和必修选学的运动技能）的免考。体育与健康教育笔试部分原则上不得免考，实践考试免考的学生笔试部分成绩必须达合格要求（大于等于 60 分），体育与健康学业水平考试才能合格。因伤、病或意外原因不能参加考试的学生，以及考试总分不合格学生可申请缓（补）考。免考、缓考及补考具体管理办法由各设区市依据省有关规定制定。

九、组织管理与保障

（一）加强组织领导。省级成立福建省普通高中体育与健康

学业水平考试工作领导小组（详见附件3），加强对全省普通高中体育与健康考试工作的组织领导，各设区市也要成立考试工作领导小组，明确分管领导和具体业务部门，科学制定体育与健康考试实施方案，细化县（市、区）、学校责任及分工，强化统筹协调和条件保障，确保考试工作顺利实施。

（二）建立健全工作机制。各设区市应于每年1月底前，制定本市年度体育与健康考试方案（以下简称“考试方案”），内容包括考试工作领导小组、各校考试工作负责人、考试的学校顺序安排和工作路线、场地器材要求、医务监督、安全预案、突发事件处理等，报省教育考试院备案。同时，按考试方案要求，制订各项考务管理制度，指导所属县（市、区）和相关学校做好学生报考和考务管理工作。

（三）规范考试评价。各市、县（区）教育行政部门要切实保障普通高中体育与健康学科学业水平考试所需的场地、器材等物质条件，并积极创造条件使用智能化测试仪器进行考试，提高考试评价手段的科学性，体现考试评价的公开、公平和公正。要加强对学业水平考试结果的研究和分析，做好教学反馈与指导，不断提高教学质量。

（四）加强监督指导。各地要建立健全普通高中体育与健康学业水平巡查制度，组织人员对各学校考点进行巡回检查，确保考试规范有序开展。省级也将根据各地考试方案，适时组织省级

专家会同市、县（区）巡视人员共同对各地考试组织实施情况进行巡视巡查，对发现的违反考试规定的相关工作人员、考生，将按相关规定予以严肃处理，情节严重的将进行全省通报。

- 附件：1. 必修必学——田径评价标准
2. 运动技能考试项目和评价标准范例
3. 福建省普通高中体育与健康学业水平考试工作领导小组名单

福建省教育厅
2020年11月19日

（此件主动公开）

附件 1

必修必学——田径评价标准

得分	50 米跑 (单位: 秒)		耐力跑 (单位: 分' 秒")		立定三级跳远 (单位: 米)		跳远 (单位: 米)		原地双手头上 前掷实心球 (2kg) (单位: 米)	
	男	女	男 (1000 米 跑)	女 (800 米 跑)	男	女	男	女	男	女
100	6.8	7.6	3' 20"	3' 20"	8.8	7.6	5.33	4.33	12.0	8.5
95	6.9	7.7	3' 25"	3' 26"	8.7	7.5	5.21	4.21	11.5	8.2
90	7.0	7.8	3' 30"	3' 32"	8.5	7.3	5.09	4.09	10.9	7.8
85	7.1	8.1	3' 37"	3' 39"	8.1	7.0	4.97	3.97	10.2	7.4
80	7.2	8.4	3' 45"	3' 46"	7.7	6.7	4.85	3.85	9.5	7.0
78	7.4	8.6	3' 50"	3' 51"	7.5	6.5	4.80	3.80	9.2	6.8
76	7.6	8.8	3' 55"	3' 56"	7.3	6.3	4.75	3.75	8.9	6.6
74	7.8	9.0	4' 00"	4' 01"	7.1	6.1	4.70	3.70	8.6	6.4
72	8.0	9.2	4' 05"	4' 06"	6.9	5.9	4.65	3.65	8.3	6.2
70	8.2	9.4	4' 10"	4' 11"	6.7	5.7	4.60	3.60	8.0	6.0
68	8.4	9.6	4' 15"	4' 16"	6.5	5.5	4.55	3.55	7.7	5.8
66	8.6	9.8	4' 20"	4' 21"	6.3	5.3	4.50	3.50	7.4	5.6
64	8.8	10.0	4' 25"	4' 26"	6.1	5.1	4.45	3.45	7.1	5.4
62	9.0	10.2	4' 30"	4' 31"	5.9	4.9	4.40	3.40	6.8	5.2
60	9.2	10.4	4' 35"	4' 36"	5.7	4.7	4.35	3.35	6.5	4.9
50	9.4	10.6	4' 55"	4' 46"	5.4	4.5	4.17	3.20	6.0	4.6
40	9.6	10.8	5' 15"	4' 56"	5.1	4.3	4.01	3.04	5.5	4.3
30	9.8	11.0	5' 35"	5' 06"	4.8	4.1	3.85	2.88	5.0	4.0
20	10.0	11.2	5' 55"	5' 16"	4.5	3.9	3.69	2.72	4.5	3.7
10	10.2	11.4	6' 15"	5' 26"	4.2	3.7	3.53	2.56	4	3.3

附件 2

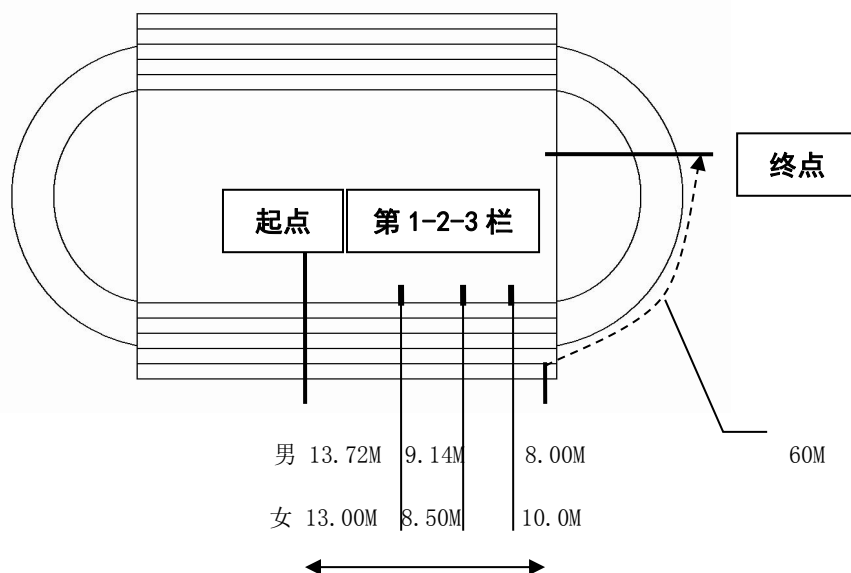
运动技能考试项目和评价标准范例

(本范例仅列出相关类别主要项目)

一、田径类

(一) 跨栏跑——弯道跑组合

1. 考试内容：跨栏跑——弯道跑组合。
2. 场地器材：田径场、跨栏架若干、皮尺、秒表。
3. 测试方法：全程 100 m，其中直道 40m，弯道 60m。直道中跨过 3 个栏：男，起跑至第一栏距离 13.72m，栏高 0.84m，栏间 9.14m；女，起跑至第一栏距离 13m，栏高 0.762m，栏间 8.5m。原则上每人两次测试机会，取运动技能表现较好的一次。



4. 注意事项：着装应符合体育运动的要求，注意安全防范措施的落实到位。

5. 评分标准

分值	评价标准
90-100 分	动作规范，关键环节正确，动作熟练连贯，运用效果好
75-89 分	动作规范，关键环节正确，动作较协调连贯，运用效果较好
60-74 分	能基本完成动作，伴有一般的错误动作，运用效果一般
59 分及以下	不能完成动作或动作错误严重，运用效果差

(二) 跳远

1. 考试内容：蹲踞式或挺身式跳远。

2. 场地器材：

沙坑、皮尺、钉耙和白灰，沙面应与地面齐平。起跳线距离沙坑近端为男生 2.5-3 米（女生 2 米），起跳地点要平坦，不得有凹坑。

3. 测试方法：

考生经助跑，在起跳线后完成起跳向前跳跃，以脚或身体着地最近点到起跳线的垂直距离，作为其测试成绩。执行跳远判罚规则：如越过起跳线起跳，则判罚为试跳失败等。原则上每个考生有三次测试机会。采用小组循环试跳方式完成。取其中表现最好一次成绩作为最终成绩。

4. 注意事项：

(1) 发现犯规时此次成绩无效，三次试跳均无成绩者，原则上允许再跳一次。

(2) 着装应符合体育运动的要求，注意安全防范措施的落实到位。

5. 评分标准

分值	评价标准
90-100 分	掌握短、中距离助跑的蹲踞式或挺身式跳远完整动作技术。全程助跑节奏技术好，起跳点基本准确，节奏清晰，助跑起跳衔接连贯、合理，起跳快速有力，蹬伸快速、充分，起跳效果好；空中动作完成充分，落地技术合理；能根据自己的个人特点和场地情况调整自己的助跑距离。
75-89 分	较好掌握短、中距离助跑的蹲踞式或挺身式跳远完整动作技术。全程助跑节奏技术良好，起跳点较准确，节奏较清晰，助跑起跳衔接较连贯、合理；起跳效果较好，蹬伸较快速、有力；能较好完成空中基本动作，落地技术较合理；能较好地根据自己的个人特点和场地情况调整自己的助跑距离。
60-74 分	短、中距离助跑的蹲踞式或挺身式跳远完整动作技术一般。完成完整助跑起跳技术一般，起跳点准确性一般，助跑节奏不够明显，助跑起跳衔接技术一般；完成空中基本动作不够充分，落地技术一般；根据自己的个人特点和场地情况来调整自己的助跑距离的能力有待提高。
59 分及以下	短、中距离助跑的蹲踞式或挺身式跳远完整动作技术较差，助跑起跳衔接技术掌握差，有明显的捣小步，跨大步等动作，空中无团身或挺身动作。

（三）侧向滑步推铅球

1. 考试内容：侧向滑步推铅球。

2. 场地器材：在一块安全平整的场地上画出投掷圈。圆圈直径为 2.135 米（±5 毫米），投掷区角度为 34.92° 落地区应用宽 5 厘米的白线标出，其延长线应通过投掷圆圈区。投掷圈直径两侧向外各画一条宽 5 厘米、长 75 厘米的白线，白线后沿应为铁圈直径的延长线并与落地区中轴线垂直。抵趾板用木质材料做成，其现状成弧形，并漆成白色，抵趾板内沿与投掷圈内沿重合，固定于地面，抵趾板宽度为 11.2-30 厘米，内沿弧 1.21-1.23

米，高出圈内地面 9.8-10.2 厘米。落地区应为草坪或煤渣地及其他可留下痕迹的合适材料铺成的地面。铅球重量男子为 5KG，女子为 4KG；20 米皮尺一把，红、白旗各一面。

3. 测试方法：受试者站在圈内，侧向投掷区域从静止状态开始滑步，出手时，球应高于肩部，原则每人三次投掷机会，取运动技能表现最好的一次。

4. 注意事项：

(1) 为了准确记录成绩，应有专人负责观察铅球落地点，应有专人负责安全工作。

(2) 以下情况判为试掷失败：滑步后脚着地时和铅球出手后，触及抵趾板的顶部或投掷圈的上沿；落地点落在投掷区外；投掷后从前半圈走出。

(3) 着装应符合体育运动的要求，注意安全防范措施的落实到位。

5. 评价标准

分值	评价标准
90-100 分	背向滑步时蹬、收有力，以摆带蹬，蹬摆结合效果好，加速节奏快；在完成超越器械动作时有合理的反弓动作；滑步与最后用力结合时蹬、转、送、抬、挺、撑、推、拨球技术动作一气呵成；出手时有一个稳定的左侧支撑，铅球出手动作快速、有力、充分，出手点高，出手角度适宜（约为 38°-42°）；铅球出手后，能及时缓冲，通过换步、降低身体重心和改变运动方向的方法，来缓解向前的冲力。
75-89 分	背向滑步时蹬收较有力，以摆带蹬，蹬摆结合效果较好，加速节奏较快；能较好地做出超越器械动作时的反弓动作；滑步与最后用力结合时蹬、转、送、抬、挺、撑、推、拨球技术动作较连贯；铅球出手时比较快速、有力，出手点较高，出手角度较适宜；铅球出手后，能较好地做出缓冲动作，如通过换步、降低身体重心和改变运动方向等动作方法，较好地缓解了向前的冲力。

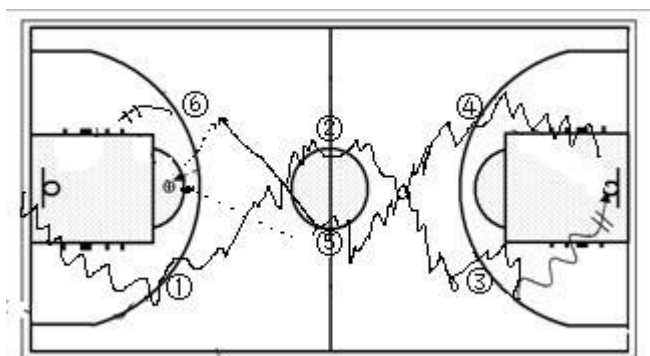
分值	评价标准
60-74 分	背向滑步时蹬收效果一般，以摆带蹬，蹬摆结合效果一般；超越器械动作时的反弓动作一般；滑步与最后用力结合时蹬、转、送、抬、挺、撑、推、拨球技术动作连贯一般，有脱节；铅球出手时出手初速度、出手高度和出手角度一般；铅球出手后，缓冲效果一般。
59 分及以下	背向滑步时蹬、收效果差，以摆带蹬，蹬摆结合效果差；无法做出超越器械动作时的反弓动作；滑步与最后用力结合时蹬、转、送、抬、挺、撑、推、拨球技术动作连贯性差，滑步产生较大的跳动、停顿；铅球出手时存在出手抛球现象，最后用力技术动作杂乱，出手初速度慢、出手高度和出手角度低；铅球出手后，没有缓冲动作。

二、球类

(一) 篮球

1. 考试内容：篮球全场多种变向运球跑篮和交叉步突破跳投。

2. 场地器材：标准篮球场一片，口哨一个，计时秒表 1 块，不低于 20 厘米高的标志桶 6 个，6、7 号篮球各五个。女生采用 6 号篮球，男生采用 7 号篮球。①③④⑥障碍均为离边线 2 米，离端线 6 米。



3. 测试方法

男生：听到计时哨声后，考生底线后正中出发，右手运球至①号障碍物做背后变向，换左手运球至②号障碍物做体前变向运

球，换右手运球至③号障碍物做胯下变向，行进间左手运球换右手运球，右手运球跑篮，如跑篮球未进需补篮，直到投进为止。抢到篮板球后，右手运球至④号障碍物做背后变向，换左手运球至⑤号障碍物做体前变向运球，然后行进间双手胸前传接球的方式传给罚球线位置的助传者，然后跑至⑥号障碍物前双手接助传者的传球，交叉步突破至3秒限制区外任意位置中距离跳投，跳投未进需补篮，直至投进为止。女生：听到计时哨声后，考生底线后正中出发，右手运球至①号障碍物做背后变向，换左手运球至②号障碍物做体前变向运球，换右手运球至③号障碍物做体前变向运球，行进间左手运球换右手运球，右手运球跑篮，如跑篮球未进需补篮，直到投进为止。抢到篮板球后，右手运球至④号障碍物做背后变向，换左手运球至⑤号障碍物做体前变向运球，然后行进间双手胸前传接球的方式传给罚球线位置的助传者，然后跑至⑥号障碍物前双手接助传者的传球，交叉步突破之后，右手运球跑篮，未进需补篮，直至投进为止。跑篮指行进间单手肩上投篮或低手投篮。原则上每人两次测试机会，取运动技能表现较好的一次。

4. 注意事项：考试过程中如因考生自身原因造成失误或中断，从失误处或者中断处继续考试，考生着装应符合体育运动的要求，注意安全防范措施的落实到位。如果因助传者的失误造成考试失误或考试中断，经裁判员判定，考生可重新考试或者中断处继续考试。

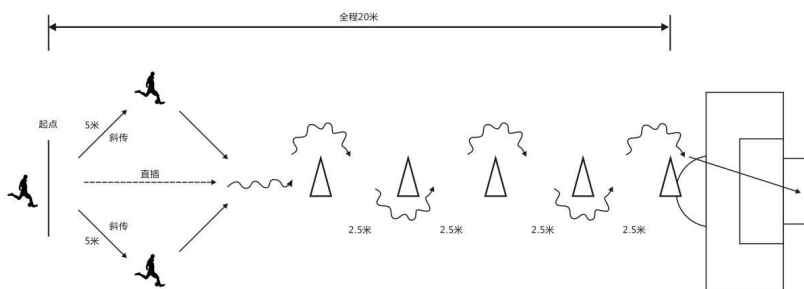
5. 评价标准

分值	评价标准
90-100 分	熟练完成全部动作；动作规范正确，运球背后变向、体前变向、胯下变向（男生）、行进间双手胸前传接球、交叉步突破、跑篮、跳投（男生）等动作熟练、连贯、舒展。跑篮和跳投（男生）均为一次就投进。
75-89 分	较熟练完成全部动作；动作较为规范正确，运球背后变向、体前变向、胯下变向（男生）、行进间双手胸前传接球、交叉步突破、跑篮、跳投（男生）等动作较为熟练、连贯、舒展。
60-74 分	基本能完成全部动作；动作基本规范，运球背后变向、体前变向、胯下变向（男生）、行进间双手胸前传接球、交叉步突破、跑篮、跳投（男生）等动作基本正确，基本连贯。
59 分及以下	部分动作不能完成或动作严重错误。

（二）足球

1. 考试内容：斜传直插（踢墙式二过一）接运球绕杆射门。

2. 场地器材：足球场一块，起点与第 1 根杆距离 10 米，起点线距最后一根标志杆 20 米，队友（协助者）与考生距离 5 米，射门最小距离 16.5 米（11 人制）或 12.82 米（7 人制），每根



杆间隔 2.5 米；5 号足球 5 个，标准气压；球门为 11 人制比赛标准球门（7.32 米 × 2.44 米）1 个或 7 人制球门（5 米 × 2 米）

一个，配球网；标志杆 5 个；秒表 1 块；记录板 1 个；红、白旗各 1 面；哨子一个。

3. 测试方法：考生将球放在起点线上，举手与考官确认测试可以开始后，进行斜传直插战术配合，球离开起点线的瞬间计时开始。考生将球斜传给队友（协助者）之后向前跑位，接队友（协助者）的回传球，接球后运球至 1 号标志杆，并从 1 号标志杆的任何一侧开始连续运球绕过 5 根杆，完成运球绕杆后，在罚球区线前将球射向球门，球进或球过端线表停。原则上每人 2 次测试机会，取运动技能表现较好的一次。

4. 注意事项：考生着装应符合体育运动的要求，注意安全防范措施的落实到位。测试开始前，考生的身体任何部位不能越过起点线；斜传可以向任何一侧；绕杆时不得漏杆、撞杆，否则应将球运回，从出错处继续开始；射门必须在罚球区线前，球的整体越过球门线的瞬间计时停表，此次测试结束。考试过程中如因考生自身原因造成失误或中断，从失误处或者中断处继续考试。如果因助传者的失误造成考试失误或考试中断，经裁判员判定，考生可重新考试或者中断处继续考试。

5. 评价标准

分值	评价标准
90-100 分	传球准确及时；跑位合理；接球动作放松、柔和、自如，与下一个动作连接快速、合理、协调；运球熟练、连贯、舒展，低重心，球始终在自己的控制范围内；射门动作正确，球进球门。
75-89 分	传球较准确较及时；跑位较合理；接球动作较放松、柔和、自如，与下一个动作连接较快速、合理、协调；运球较熟练、连贯、舒展，重心较低，球能够在自己的控制范围内；射门动作较正确，球进球门。

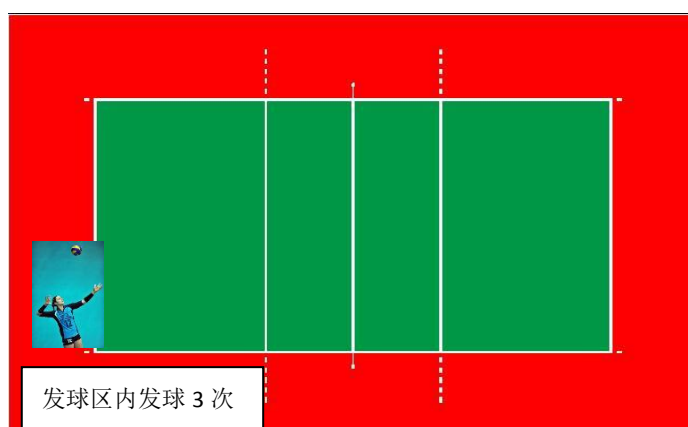
分值	评价标准
60-74 分	传球基本准确及时；跑位基本合理；接球动作基本放松、柔和、自如，与下一个动作连接基本快速、合理、协调；运球基本熟练、连贯、舒展，重心较高，运球基本能够在自己的控制范围内；射门动作基本正确。
59 分及以下	传球不到位；跑位错误；无法完成接球动作；无法完成运球动作，球脱离自己的控制范围；射门动作不合理，无法打在门框内。

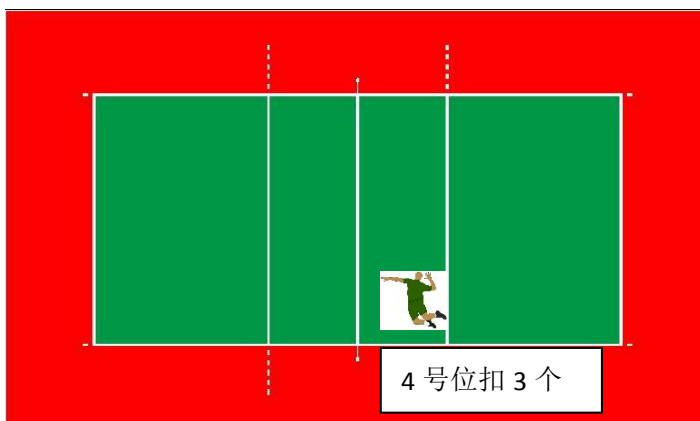
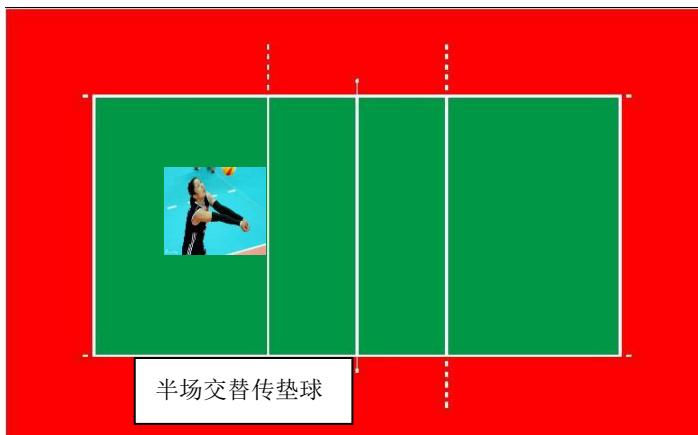
（三）排球

1. 考试内容：发球、传垫球、扣球

2. 场地器材：标准排球场一块，排球 10 个。

3. 测试方法：（1）发球：测试开始时，考生在发球区内完成 3 个发球（男生要求用上手发球技术完成发球，网高 2.30 米；女生用上手发球或者下手发球完成发球，网高 2.10 米）。（2）传垫球：测试开始时，考生在排球场半场区域内自抛球后交替完成 2 组自传和自垫。一次自传、一次自垫交替进行为一组，球不能落地。（3）扣球：测试开始时，助传者依次传球至四号位，考生在四号位扣球 3 个。原则上每人两次测试机会，取运动技能表现较好的一次。





4. 注意事项：考生着装应符合体育运动的要求，注意安全防范措施的落实到位。考试过程中如因考生自身原因造成失误或中断，从失误处或者中断处继续考试。如果因助传者的失误造成考试失误或考试中断，经裁判员判定，考生可重新考试或者中断处继续考试。

5. 评价标准

(1) 发球评价标准

分值	评价标准
90-100分	完成动作质量好；预备和抛球姿势正确，击球部位准确，挥臂动作自然、协调、优美。

分值	评价标准
75-89 分	完成动作质量较好；预备和抛球姿势较正确，击球部位较准确，挥臂动作较自然、协调。
60-74 分	能完成动作；预备和抛球姿势基本正确，击球部位基本准确，挥臂动作不够自然、协调。
59 分及以下	不能完成动作；预备和抛球姿势不正确，击球部位不准确，挥臂动作紧张、不协调。

(2) 传垫球评价标准

分值	评价标准
90-100 分	完成动作质量好；传垫球姿势正确，击球部位准确，击球动作轻松、自然、协调、优美。
75-89 分	完成动作质量较好；传垫球姿势较正确，击球部位较准确，击球动作较轻松、自然、协调。
60-74 分	能完成动作，传垫球姿势基本正确，击球部位较准确，击球动作不够轻松、自然、协调。
59 分及以下	不能完成动作；传垫球姿势不正确，击球部位不准确，击球动作紧张、不协调。

(3) 扣球评价标准

分值	评价标准
90-100 分	完成动作质量好；起跳时机合理，扣球姿势正确，击球部位很准确，挥臂动作自然、协调、优美。
75-89 分	完成动作质量较好；起跳时机较合理，扣球姿势较正确，击球部位准确，挥臂动作较自然、协调。
60-74 分	能完成动作；起跳时机基本合理，扣球姿势基本正确，击球部位较准确，挥臂动作不够轻松、自然、协调。
59 分及以下	不能完成动作；起跳时机不合理，姿势不正确，部位不准确，动作紧张、不协调。

6. 说明: 排球项目成绩由发球、传垫球和扣球三个部分组成，其中发球占 40%，传垫球占 40%，扣球占 20%。

(四) 羽毛球

1. 考试内容: 发高远球、正手击高远球和网前挑后场高球、杀球。

2. 场地器材：标准羽毛球场一块，羽毛球若干。

3. 测试方法：（1）发高远球：测试开始时，在发球区发 3 个球，球须落入单打发球区距离端线 0.8-1.5 米区域内。（2）正手击高远球和网前挑后场高球组合：测试开始时，助考者将球击至对方中后场的范围内，考生在中后场用正手击高远球动作把球回击至对方中后场的范围内，助考者吊球至考生的正手位的网前，考生挑后场高球，每人击打 3 组。（3）测试开始时，助考者将球发至对方中场的范围内，考生用正手杀球动作把球杀至对方单打场区，正手杀球 3 球。原则上每人两次测试机会，取运动技能表现较好的一次。

4. 注意事项：考生着装应符合体育运动的要求，注意安全防范措施的落实到位。如果因助考者的失误造成考试失误或考试中断，经裁判员判定，考生可重新考试或者中断处继续考试。

5. 评价标准

（1）发高远球评价标准

分值	评价标准
90-100 分	完成动作质量好；每个球发到规定的区域内，距离端线 0.8 米区域内；握拍正确，挥拍方向正确，幅度合适，动作合理，协调。
75-89 分	完成动作质量较好；每个球发到规定的区域内，距离端线 1 米区域内；握拍正确，挥拍方向正确，幅度合适，动作较合理，协调。
60-74 分	能完成动作；每个球能发到规定的区域内，距离端线 1.5 米区域内；握拍基本正确，挥拍方向基本正确，幅度合适，动作不够合理，协调。
59 分及以下	不能完成动作；每个球不能发到规定的区域内；握拍不正确，挥拍方向不正确，幅度不合适，动作紧张不合理，不协调。

（2）正手击高远球和网前挑后场高球组合评价标准

分值	评价标准
90-100分	完成动作质量好；每击一次球不失误；握拍正确、站位与准备姿势正确，正手击高远球引拍到位(肘关节抬起)；挥拍方向正确,幅度合适；动作合理,协调，组合动作连贯。
75-89分	完成动作质量较好；每击一次球不失误；握拍正确、站位与准备姿势正确，正手击高远球引拍到位(肘关节抬起)；挥拍方向正确,幅度合适；动作较合理,协调，组合动作较连贯。
60-74分	能完成动作；握拍基本正确、站位与准备姿势基本到位，正手击高远球引拍基本到位(肘关节能抬起)；挥拍方向较正确,幅度较合适；动作不够合理,协调。组合动作基本连贯。
59分及以下	不能完成动作；握拍不正确、站位与准备姿势不到位，引拍不到位(肘关节不能抬起)；挥拍方向不正确,幅度不合适；动作紧张、不协调，组合动作不连贯。

(3) 杀球评价标准

分值	评价标准
90-100分	完成动作质量好；每杀一次球不失误；握拍、站位与准备姿势正确；引拍到位(肘关节抬起)；发力正确，幅度合适；动作合理,协调，球速快。
75-89分	完成动作质量较好；每杀一次球不失误；握拍、站位与准备姿势正确；引拍到位(肘关节抬起)；发力正确，幅度合适；动作较合理,协调。
60-74分	能完成动作；握拍、站位与准备姿势基本正确；引拍基本到位(肘关节能抬起)；发力基本正确，幅度合适；动作不够放松,协调。
59分及以下	不能完成动作；握拍、站位与准备姿势不正确；引拍不到位(肘关节没抬起)；发力不正确，幅度不合适；动作紧张，不协调。

6.说明：羽毛球项目成绩由发高远球、正手击高远球和网前挑后场高球组合、杀球三个部分组成，其中发高远球占40%，正手击高远球和网前挑后场高球组合占40%，杀球占20%。

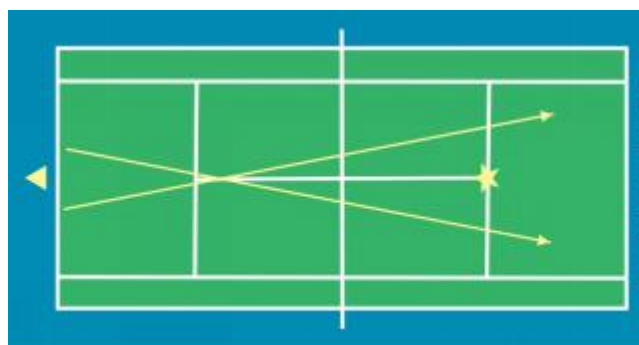
(五) 网球

1. 考试内容：正拍底线击球、反拍底线击球、发球

2. 场地器材：标准网球场一块，网球若干。

3. 测试方法：（1）正拍底线击球：测试开始时，考生正拍击球，助考者在球网对面送上旋球（下旋球或平击球），考生准

备姿势站立于底线后，必须用正拍完成击球动作，击打 5 个球，有效区为单打场地，压线为好球。（2）反拍底线击球：测试开始时，考生反拍击球，助考者在球网对面送上旋球（下旋球或平击球），考生准备姿势站立于底线后，必须用反拍完成击球动作，击打 5 个球，有效区为单打场地，压线为好球。（3）发球：测试开始时，考生可采用上手或下手发球，发 5 次球，压线为有效击球，发球压中线均为有效击球，擦网重发。原则上每人两次测试机会，取运动技能表现较好的一次。



4. 注意事项：考生着装应符合体育运动的要求，注意安全防范措施的落实到位。如果因助考者的失误造成考试失误或考试中断，经裁判员判定，考生可重新考试或者中断处继续考试。

5. 评价标准：

分值	评价标准
90-100 分	动作正确、协调、熟练，击球点和击球手型准确，落点稳定，高度、弧度恰当，球速快。
75-89 分	动作较正确、较协调、较熟练，击球较稳定，球速较快。
60-74 分	动作基本正确，不够熟练、击球不够稳定。
59 分及以下	动作不正确，身体不协调，失误多或者不能完成动作。

6. 说明：网球项目成绩由正拍底线击球、反拍底线击球和发

球三个部分组成，其中正拍底线击球占 60%，反拍底线击球占 20%，发球占 20%。

（六）乒乓球

1. 考试内容：正手发球、左推右攻、接发球。

2. 场地器材：标准乒乓球桌一块，乒乓球若干。

3. 测试方法：（1）正手发球：测试开始时，考生在发球区内完成 6 个正手发球，其中 3 次正手发急球，3 次正手发下旋球。

（2）左推右攻：测试开始时，助考者负责“喂球”，考生完成左推右攻组合共 6 组。（3）接发球：测试开始时，助考者依次给考生的正手位发 5 个下旋短球，考生进行接发球。原则上每人两次测试机会，取运动技能表现较好的一次。

4. 注意事项：考生着装应符合体育运动的要求，注意安全防范措施的落实到位。如果因助考者的失误造成考试失误或考试中断，经裁判员判定，考生可重新考试或者中断处继续考试。

5. 评价标准

（1）正手发球评价标准

分值	评价标准
90-100 分	完成动作质量好；技术动作标准正确，手法精确，动作轻松、自然、协调、优美。
75-89 分	完成动作质量较好；技术动作较正确，手法较准确，动作较轻松、自然、协调。
60-74 分	能完成发球动作且技术动作基本正确，手法较为准确，动作不够轻松、自然、协调。
59 分及以下	不能完成发球动作；姿势不正确，手法不准确，动作紧张、不协调。

(2) 左推右攻评价标准

分值	评价标准
90-100分	完成动作质量好；姿势正确，击球落点准确，动作轻松、自然、协调、优美。完成所有左推攻球技术且转换流畅、动作质量完成很好，球速快。
75-89分	完成动作质量较好；姿势较正确，击球落点较准确，动作较轻松、自然、协调。完成大部分左推攻球技术、动作质量完成较好，球速较快。
60-74分	能完成动作；姿势基本正确，击球落点较准确，动作不够轻松、自然、协调。
59分及以下	不能完成动作；姿势不正确，击球落点不准确，动作紧张、不协调。无法完成所有攻球技术、缺乏连贯性。

(3) 接发球评价标准

分值	评价标准
90-100分	完成动作质量好；姿势正确，部位准确，动作轻松、自然、协调、优美。接发球成功率高。
75-89分	完成动作质量较好；姿势较正确，部位较准确，动作较轻松、自然、协调。接发球成功率较高。
60-74分	能完成动作；姿势基本正确，部位较准确，动作不够轻松、自然、协调。
59分及以下	不能完成动作；姿势不正确，部位不准确，动作紧张、不协调。

6. 说明：乒乓球项目成绩由正手发球、左推右攻和接发球三个部分组成，其中正手发球占 30%，左推右攻占 50%，接发球占 20%。

三、体操类

(一) 技巧

1. 考试内容：男生技巧组合动作：直立——鱼跃前滚翻——侧手翻——转体 90 度——俯平衡（停 2 秒）——直腿后滚翻——结束。女子技巧组合动作：直立——上步成俯平衡（停 2 秒）——前滚翻成并腿坐，后倒成肩肘倒立（停 2 秒）——经单肩后

滚翻成跪撑平衡——跪跳起——结束。

2. 场地器材：平地一块，体操垫若干张。

3. 测试方法：体操垫需要固定。前一位考生测试，下一位候考学生准备。按顺序在规定区域等候出场，出场时，面向裁判右臂上举示意动作开始，动作完成后，面向裁判站立，两臂侧上举示意动作结束，退出场地等候，裁判长宣布最后得分。原则上每人 2 次测试机会，取运动技能表现较好的一次。

4. 注意事项：考生着装应符合体操运动的要求，测试过程需要一位教师进行保护工作。注意安全防范措施的落实到位。

5. 评价标准

分 值	评价标准
90-100 分	完成动作质量好；动作规范正确，熟练连贯，姿势正确，动作稳健、舒展，节奏好。
75-89 分	完成动作质量较好；动作较规范正确，较熟练连贯，姿势较正确，动作较稳健、舒展，节奏较好。
60-74 分	能完成动作；动作基本正确，较连贯，姿势基本正确，动作基本稳健，节奏一般。
59 分及以下	不能完成动作；动作不正确，不熟练，姿势不正确，动作紧张，节奏不好。

（二）器械

1. 考试内容：男生双杠组合动作：直立——挂臂屈伸上成分腿坐——前滚翻成分腿坐——弹杠并腿，支撑后摆转体 180 度成分腿坐——支撑后摆，前摆转体 180 度下——结束。

2. 场地器材：双杠一副，体操垫若干张。

3. 测试方法：前一位同学测试，候考学生准备。按顺序在规
定区域等候出场，出场时，面向裁判右臂上举示意动作开始，动
作完成后，面向裁判站立，两臂侧上举示意动作结束，退出场地
等候，裁判长宣布最后得分。原则上每人 2 次测试机会，取运动
技能表现较好的一次。

4. 注意事项：考生着装应符合体操运动的要求，测试过程需
要一位教师进行保护工作。注意安全防范措施的落实到位。

5. 评价标准

分 值	评价标准
90-100 分	完成动作质量好；动作规范正确，熟练连贯，动作舒展，姿态美。
75-89 分	完成动作质量较好；动作较规范，较熟练连贯，动作较舒展，姿 态较美。
60-74 分	能完成动作；动作基本正确，较连贯，动作幅度小，姿态不到位。
59 分及以下	不能完成动作：动作不正确，不熟练，姿势不正确，动作很紧张。

（三）健美操：《全国健美操大众锻炼标准》第三套大众一 级规定动作

1. 考试内容：《全国健美操大众锻炼标准》第三套大众一级
规定动作。具体动作说明可参看 2009 年 8 月中国健美操协会审
定的《全国健美操大众锻炼标准》第三套大众一级规定动作图解。

2. 场地器材：场地为塑胶场地或木地板，10×8 米及以上。

3. 测试方法：考生配合规定动作音乐完成成套规定动作。可
多人同时测试，但每组不得超过三人，且成左右间隔两臂以上距

离的一列横队站立。原则上每人 2 次测试机会，取运动技能表现较好的一次。

4. 注意事项:

(1) 考生测试时应按项目要求着装, 衣服应合身且具有弹性, 鞋子轻便软底。注意安全防范措施的落实到位。

(2) 因客观原因干扰, 如场地、音响等出现不可抗拒的问题造成参赛者动作停顿或中断, 经裁判长允许后, 可重新进行测试, 不予扣分。

5. 评分标准

分值	评价标准
90-100 分	成套动作连贯且自然流畅, 方向与路线准确, 身体姿态好, 表现力好, 动作规范与正确性好, 有力度和弹性, 幅度大, 节奏感强, 动作与音乐配合正确。
75-89 分	成套动作连贯且比较流畅, 方向与路线较准确, 身体姿态较好, 具有一定的表现力, 动作规范与正确性较好, 有力度和弹性, 幅度较大, 节奏感较强, 动作与音乐配合正确。
60-74 分	成套动作基本连贯, 方向与路线基本准确, 身体姿态一般, 表现力一般, 动作规范与正确性一般, 力度和弹性一般, 动作与音乐基本合拍。
59 分及以下	不能完成成套动作或动作出现严重错误与偏差, 方向与路线不准确, 身体姿态差, 无表现力, 动作与音乐不合拍, 完成情况差。

(四) 健身健美操: 搏击操

1. 考试内容: 由中国学生健美操艺术体操协会审定的《健康活力健身操—钻石级规定套路》。

2. 场地器材: 场地为塑胶场地或木地板, 10 × 8 米及以上。

3. 测试方法：受试者配合规定动作音乐完成成套规定动作。可多人同时测试，但每组不得超过三人，且成左右间隔两臂以上距离的一列横队站立。原则上每人 2 次测试机会，取运动技能表现较好的一次。

4. 注意事项：

(1) 应按项目要求着装，衣服应合身且具有弹性，鞋子轻便软底。注意安全防范措施的落实到位。

(2) 因客观原因干扰，如场地、音响等出现不可抗拒的问题造成参赛者动作停顿或中断，经裁判长允许后，可重新进行测试，不予扣分。

5. 评分标准

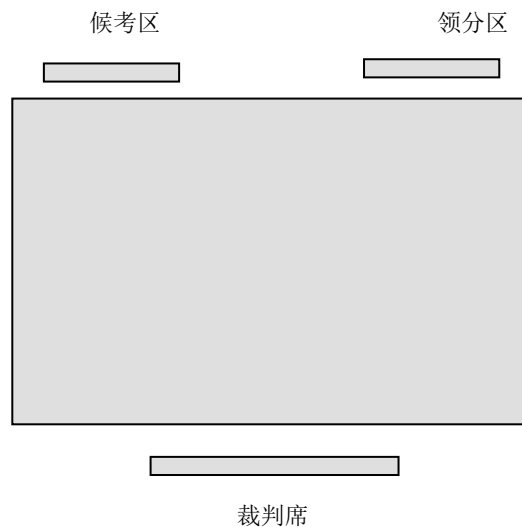
分值	评价标准
90-100 分	成套动作连贯且自然流畅，搏击风格显著，方向与路线准确，身体姿态好，表现力好，动作规范与正确性好，有力度和弹性（踢腿与出拳发力准确快速），幅度大，节奏感强，动作与音乐配合正确。
75-89 分	成套动作连贯且比较流畅，具有一定的搏击风格，方向与路线较准确，身体姿态较好，具有一定的表现力，动作规范与正确性较好，有力度和弹性（踢腿与出拳发力较准确快速），幅度较大，节奏感较强，动作与音乐配合正确。
60-74 分	成套动作基本连贯，搏击风格体现一般，方向与路线基本准确，身体姿态一般，表现力一般，动作规范与正确性一般，力度和弹性一般（踢腿与出拳发力一般），动作与音乐基本合拍。
59 分及以下	不能完成成套动作或动作出现严重错误与偏差，方向与路线不准确，身体姿态差，无表现力，动作与音乐不合拍，完成情况差。

四、民族民间体育类

(一) 武术：形神拳

1. 考试内容：预备势 - 并步抱拳礼 - 左右侧步冲拳 - 开步推掌翻掌抱拳 - 震脚砸拳 - 蹬脚冲拳 - 马步左右冲拳 - 震脚砸拳 - 蹬脚冲拳 - 马步右左冲拳 - 插步摆掌 - 勾手推掌 - 弹踢推掌 - 弓步冲拳 - 抡臂砸拳 - 弓步冲拳 - 震脚弓步双推掌 - 抡臂拍脚 - 弓步顶肘 - 歇步冲拳 - 提膝穿掌 - 仆步穿掌 - 虚步挑掌 - 震脚提膝上冲拳 - 弓步架拳 - 蹬腿架拳 - 转身提膝双挑掌 - 提膝穿掌 - 仆步穿掌 - 仆步抡拍 - 弓步架栽拳 - 收势。

2. 场地器材：考试场地为长 14 米，宽 8 米，场地四周内沿应标明 5 厘米宽的白色边线，场地的长和宽均由边线的外沿开始计算。音响 1 套，音乐《万里长城永不倒》1 首，哨子 1 个，计时秒表 1 块。评分牌 3-5 块，白板笔 3-5 支，白板擦 3-5 个。



3. 测试方法

考生在候考区，听到上场点名时，向裁判长行抱拳礼；进入场地内立定，听到《万里长城永不倒》的音乐后，开始完成形神拳套路演练，演练结束后，向裁判长行抱拳礼；退出场地到领分区等候，裁判长宣布最后得分时，再向裁判长行抱拳礼，考试结束。计时：考生由静止姿势开始肢体动作，计时开始，考生结束全套动作后并步站立，计时结束。完成套路时间不超过2分钟。原则上每人2次测试机会，取运动技能表现较好的一次。

4. 注意事项：考生着装应符合体育运动的要求，注意安全防范措施的落实到位。

5. 评价标准

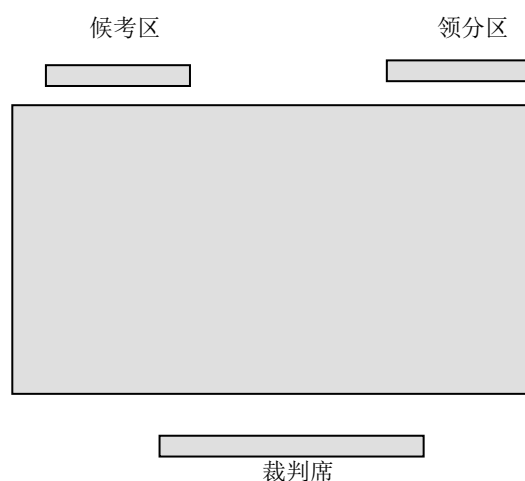
分值	评价标准
90-100分	套路熟练，姿势正确，动作规范，精神饱满，劲力顺达，手眼相随，气势贯通，动作与音乐配合协调一致
75-89分	套路熟练、姿势正确，动作较规范，劲力较顺达，精神饱满，动作与音乐配合基本协调一致
60-74分	能独立完成套路动作，姿势基本正确，动作基本规范，动作力度一般，精神不够饱满，动作与音乐配合不够协调一致
59分及以下	不能独立完成套路动作或错误较多，动作松懈无力

(二) 武术：简化二十四式太极拳

1. 考试内容：起势 - 左右野马分鬃 - 白鹤亮翅 - 左右搂膝拗步 - 手挥琵琶 - 左右倒卷肱 - 左揽雀尾 - 右揽雀尾 - 单鞭 - 左右云手 - 单鞭 - 高探马 - 右蹬脚 - 双峰贯耳 - 转身左蹬脚 - 左下式独立 - 右下式独立 - 左右穿梭 - 海底针 - 闪通臂 - 转身搬拦捶 - 如封似闭 - 十字手 - 收势。

2. 场地器材：考试场地为长14米，宽8米，场地四周内沿

应标明 5 厘米宽的白色边线，场地的长和宽均由边线的外沿开始计算。音响 1 套，适合太极拳的音乐 1 首，哨子 1 个，计时秒表 1 块。评分牌 3-5 块，白板笔 3-5 支，白板擦 3-5 个。



3. 测试方法

考生在候考区，听到上场点名时，向裁判长行抱拳礼；进入场地内立定，听到《24 式太极拳》的音乐后，开始完成二十四式简化太极拳套路演练，演练结束后，向裁判长行抱拳礼；退出场地到领分区等候，裁判长宣布最后得分时，再向裁判长行抱拳礼，考试结束。原则上每人 2 次测试机会，取运动技能表现较好的一次。计时：考生由静止姿势开始肢体动作，计时开始；考生结束整套动作后并步站立，计时结束。完成套路时间 4-6 分钟。可 4-6 人为一组同时进行考试。

4. 注意事项：考生着装应符合体育运动的要求，注意安全防范措施的落实到位。

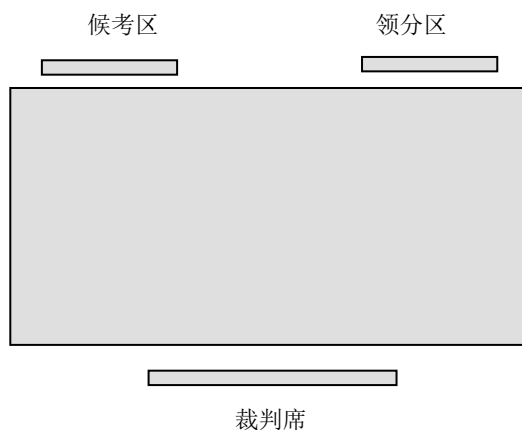
5. 评价标准

分值	评价标准
90-100 分	套路熟练，姿势正确，动作规范，精神饱满，演练圆活、协调，动作与音乐配合自然。
75—89 分	套路较熟练，姿势较正确，动作较规范，精神较饱满，演练较圆活、较协调，动作与音乐配合一般。
60—74 分	套路基本熟练，姿势基本正确，动作基本规范，演练基本圆活、基本协调，时间不足。
59 分及以下	套路不熟练，姿势不正确，动作有遗漏，动作不规范，演练不圆活、不协调，时间不足。

(三) 武术：刀术

1. 考试内容：刀术：起势 - 虚步抱刀 - 穿掌提膝接刀 - 弓步下扎刀 - 跳步歇步劈刀 - 转身提膝劈刀 - 插步扎刀 - 弓步劈刀 - 缠头裹脑虚步藏刀 - 插步蹬腿扎刀 - 上弓步撩刀 - 裹脑踢膝推掌 - 弓步缠头 - 跳起插步砍刀 - 左右腕花高虚步劈刀 - 转身弓步双推刀 - 马步劈刀 - 缠头箭踢 - 撤步裹脑交刀 - 收势。

2. 场地器材：武术考试场地为长 14 米，宽 8 米，场地四周内沿应标明 5 厘米宽的白色边线，场地的长和宽均由边线的外沿开始计算。哨子 1 个，计时秒表 1 块。评分牌 3-5 块，白板笔 3-5 支，白板擦 3-5 个。



3. 测试方法

考生在候考区，听到上场点名时，向裁判长行抱刀礼；进入场地内立定，完成刀术套路演练。演练结束后，向裁判长行抱刀礼；退出场地到领分区等候，裁判长宣布最后得分时，再向裁判长行抱刀礼，考试结束。原则上每人 2 次测试机会，取运动技能表现较好的一次。计时：考生由静止姿势开始肢体动作，计时开始；考生结束全套动作后并步站立，计时结束。完成套路时间不超过 2 分钟。若完成套路时间超过 2 分钟时，裁判长鸣哨，考生应立即停止动作，终止考试。

4. 注意事项：考生着装应符合体育运动的要求，注意安全防范措施的落实到位。

5. 评价标准

分值	评价标准
90-100 分	动作姿势规范，方法运用合理，技术熟练、节奏分明、协调顺畅、劲力充足；能很好地突出刀术的风格特点。
75-89 分	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、协调顺畅较好、劲力较充足；刀术的风格特点较突出。
60-74 分	动作姿势基本规范，方法运用基本合理，动作流畅性、节奏、劲力一般；刀术的风格特点一般。
59 分及以下	动作姿势不规范，方法运用不合理，技术不熟练、节奏不分明、动作不协调、劲力不充足；刀术的风格特点不突出；不能独立完成套路动作或错误较多，动作松懈无力。

五、水上或冰雪类(游泳)

1. 考试内容：蛙泳、自由泳、仰泳、蝶泳，任选一种泳姿考试。

2. 场地器材：50 米或 25 米泳池。

3. 测试方法：测试开始时，考生在池边蹬壁出发，不间断完

成 50 米游程。原则上每人 2 次测试机会，取运动技能表现较好的一次。

4. 注意事项：着装应符合游泳运动的要求，考试现场应配备救生员和急救用品。注意安全防范措施的落实到位。

5. 评价标准

分值	评价标准
90-100 分	完成动作质量好；姿势正确，动作轻松、自然、协调。不间断完成 50 米游程
75-89 分	完成动作质量较好；姿势较正确，动作较轻松、自然、协调。不间断完成 50 米游程
60-74 分	能完成动作；姿势基本正确，动作不够轻松、自然、协调。完成 50 米游程
59 分及以下	姿势不正确；动作紧张、不协调。未完成 50 米游程。

六、新兴运动类

(一) 花样跳绳

1. 考试内容：全国花样跳绳一级动作：（1）左右甩绳（2）并脚跳（3）双脚交换跳（4）开合跳（5）弓步跳（6）并脚左右跳（7）基本交叉跳（8）勾脚点地跳。

2. 场地器材：平整的场地，适合花样跳绳运动。花样跳绳若干根、音响、音乐。

3. 测试方法：2-4 人为一组，按音乐（或自喊口令）节奏完成全国跳绳一级动作。原则上每人 2 次测试机会，取运动技能表现较好的一次。

4. 注意事项：考生着装应符合体育运动的要求，注意安全防范措施的落实到位。

5. 评价标准

分 值	评价标准
90-100 分	动作规范正确；摇绳与跳绳节奏协调配合，动作熟练连贯，绳体饱满。
75-89 分	动作较规范正确；摇绳与跳绳节奏较协调配合，动作较熟练连贯，绳体较饱满。
60-74 分	动作基本规范正确；摇绳与跳绳节奏基本协调配合，动作基本连贯，绳体基本饱满。
59 分及以下	不能完成动作或动作严重错误；摇绳与跳绳节奏不协调。绳体不饱满。

(二) 体育舞蹈：拉丁舞-伦巴

1. 考试内容：拉丁舞-伦巴单人中级组合，共 16 小节。在每分钟 24~27 小节的音乐伴奏下完成。具体动作说明如下表。

序号	名 称	节 奏	小节数
1	基本动作 Basic Movement	2341. 2341	2
2	库克拉恰，完成于左脚前进步 Cucaracha Finished to LF Forward	2341	1
3	扭胯步（转 1/2）接三步转（一整圈） Hip Twist Three Step Turn	23&41	1
4	男士滑门步（步序第 7-12 步，从 10 步开始） Sliding Doors For Man	&2341. 2341. 2341	3
5	向左旁步（越过主力腿，转 1/4） Side Steps to Left、	2341	1
6	定点（原地）左转（一整圈） Spot Turn to Left	2341	1
7	向右旁步（越过主力腿，转 1/4） Side Steps to Right	2341	1
8	女士滑门步（步序第 7-12 步） Sliding Doors For Lady	2341. 2341. 2341. 2341	4
9	后退走步 Backward Walk	2341	1

序号	名 称	节 奏	小节数
10	古巴摇摆（变节奏的，完成于右脚重心上）Cuban Rocks	2341	1
结束，可循环			

2. 场地器材：场地为塑胶场地或木地板，10×8 米及以上。

3. 测试方法：预备：双脚分立，重心在右脚。考生配合规定动作音乐完成成套规定动作。可多人同时测试，但每组不得超过三人，且成左右间隔两臂以上距离的一列横队站立。原则上每人 2 次测试机会，取运动技能表现较好的一次。

4. 注意事项：

（1）考生应按项目要求着装，衣服应合身且具有弹性，鞋子轻便软底。注意安全防范措施的落实到位。（2）因客观原因干扰，如场地、音响等出现不可抗拒的问题造成参赛者动作停顿或中断，经裁判长允许后，可重新进行测试，不予扣分。

5. 评分标准

分 值	评价标准
90-100 分	成套动作自然流畅，柔媚抒情的伦巴舞蹈风格显著，方向与路线准确，舞步规范正确，胯部的运用到位，身体配合协调，有力度，幅度大，姿态优美大方，乐感好，动作与音乐节奏吻合，具有很强的表现力。
75-89 分	成套动作比较自然流畅，具有一定的柔媚抒情的伦巴舞蹈风格，方向与路线较准确，舞步较规范正确，胯部的运用较到位，身体配合协调，有一定力度，幅度较大，姿态较优美大方，乐感较好，动作与音乐节奏吻合，具有一定的表现力。
60-74 分	成套动作基本连贯，伦巴舞蹈风格体现一般，方向与路线基本准确，舞步规范与正确性一般，胯部的运用一般，身体配合一般，力度与幅度一般，姿态一般，乐感一般，动作与音乐节奏基本吻合，表现力一般。
59 分及以下	不能完成成套动作或动作出现严重错误与偏差，方向与路线不准确，舞步不规范，胯部的运用差，身体姿态差，无表现力，动作与音乐不合拍，完成情况差。

(三) 体育舞蹈: 拉丁舞-恰恰恰

1. 考试内容: 拉丁舞-恰恰单人中级组合, 共 16 小节。在每分钟 28~30 小节的音乐伴奏下完成。具体动作说明如下表。

序号	名称	节奏	小节数
1	闭式基本步 Close Basic	234&1. 234&1	2
2	分离式古巴破碎步 Split Cuban Break	2&34&1. 2&34&1	2
3	左脚前进并左转至前进锁步 (转 1/2) Left Step Forward Turn to Cha Cha Cha lock Forward (LRL)	234&1	1
4	右脚前进并右转至前进锁步 (转 1/2) Right Step Forward Turn to Cha Cha Cha lock Forward (RLR)	234&1	1
5	前进抑制步至 3 个后退锁步 Check Fwd Walk to Cha Cha Cha lock Backward×3	234&1. 2&34&1	2
6	原地换重心至 3 个前进锁步 Change Weight in Place to Cha Cha Cha lock Forward×3	234&1. 2&34&1	2
7	纽约步 (转 1/8+1/4) (CPP、PP) New York	234&1. 234&1. 234&1	3
8	定点 (原地) 左转 (一整圈) Spot Turn to Left	234&1	1
9	瓜帕恰节奏步 Guapcha Time Step	2&3 4&1. 2&3 4&1	2
结束, 可循环			

2. 场地器材: 场地为塑胶场地或木地板, 10×8 米及以上。

3. 测试方法: 预备: 双脚分立, 重心在右脚。考生配合规定动作音乐完成成套规定动作。可多人同时测试, 但每组不得超过三人, 且成左右间隔两臂以上距离的一列横队站立。原则上每人 2 次测试机会, 取运动技能表现较好的一次。

4. 注意事项:

(1) 应按项目要求着装, 衣服应合身且具有弹性, 鞋子轻便软底。注意安全防范措施的落实到位。(2) 因客观原因干扰, 如场地、音响等出现不可抗拒的问题造成参赛者动作停顿或中断,

经裁判长允许后,可重新进行测试,不予扣分。

5. 评分标准

分值	评价标准
90-100 分	成套动作自然流畅,俏皮轻松的恰恰舞蹈风格显著,方向与路线准确,舞步规范正确,胯部的运用到位,身体配合协调,有力度,幅度大,姿态优美大方,乐感好,动作与音乐节奏吻合,具有很强的表现力。
75—89 分	成套动作比较自然流畅,具有一定的俏皮轻松的恰恰舞蹈风格,方向与路线较准确,舞步较规范正确,胯部的运用较到位,身体配合协调,有一定力度,幅度较大,姿态较优美大方,乐感较好,动作与音乐节奏吻合,具有一定的表现力。
60—74 分	成套动作基本连贯,恰恰舞蹈风格体现一般,方向与路线基本准确,舞步规范与正确性一般,胯部的运用一般,身体配合一般,力度与幅度一般,姿态一般,乐感一般,动作与音乐节奏基本吻合,表现力一般。
59 分及以下	不能完成成套动作或动作出现严重错误与偏差,方向与路线不准确,舞步不规范,胯部的运用差,身体姿态差,无表现力,动作与音乐不合拍,完成情况差。

福建省普通高中体育与健康学业水平考试 工作领导小组名单

组 长：李 迅（省委教育工委委员、教育厅党组成员、副
厅长）

副组长：陈祥祯（省委教育工委、省教育厅二级巡视员）
陈明庆（省教育考试院党委书记，院长）

成 员：苏贻堆（省教育厅体卫艺语处处长）
张承生（省教育厅基教处副处长、主持工作）
黄俊兴（省教育考试院党委委员，副院长）
丁 毅（省教育考试院党委委员，副院长）
郑云清（省普教室主任）

抄送：省教育考试院、省普教室。

福建省教育厅办公室

2020年11月20日印发
