2022年上海市罗店中学招收区级优秀体育学生

资格确认工作方案

一、招生项目

网球、跆拳道、跳绳

二、招生计划

网球 2人

跆拳道 2人

跳绳 2人

三、报名条件

具有2022年本市中招报名资格并完成报名，且具备以下条件之一的学生。

（一）在义务教育阶段八、九年级获得市教育、体育行政部门认可，并与招生学校项目对口的市级及以上体育比赛集体项目前6名的主力队员或个人项目前5名的学生（参见《2022年上海市高中阶段区级优秀体育学生市级体育赛事认定目录》）。

（二）在义务教育初中阶段获得本市由宝山区教育、体育行政部门举办并与招生学校项目对口的区级体育比赛集体项目第1名的主力队员或个人项目第1名的学生（参见《2022年上海市高中阶段区级优秀体育学生区级体育赛事认定目录》）

四、报名办法

（一）符合报名条件的学生可填写《2022年上海市高中阶段学校区级优秀体育学生资格确认报名表》（以下简称《报名表》）报名。报名学生名单须在毕业学校集中公示5个工作日（2022年6月9日--15日）。

（二）填写《报名表》的学生须将《报名表》、公示证明及相关成绩证明材料（奖状、证书或成绩册与秩序册等，获得区级赛事相关成绩的须另外提交《认定表》）在2022年6月18日（星期五）前寄至罗新路707号，陈安佳收，电话13816781939，邮编201908。或者直接送至罗店中学门卫处。

（三）收到报名材料后，我校将对相关学生是否符合报名要求进行审核，并通知不符合报名要求的学生进行材料补交等。

五、组织领导

（一）优秀体育学生招生领导小组

组长：严卫东、王志红

副组长：许海静、沈涛

（二）优秀体育学生招生工作小组

组长：许海静

副组长：沈涛、周宝良

组员：朱国强、钟涛、陈安佳、刘桂玲、郭锦燕、李恒飞、丁一峰、周玉林、杨男才、顾懿、沈玲斌、奚张之星

（三）资格确认评审工作专家小组

外聘专家组

六、资格确认的组织与要求

（一）资格确认时间

6月25日 下午14：00

（二）资格确认地点

上海市罗店中学体育组（罗新路707号艺体中心M103）

（三）资格确认组织与要求

1、当天凭电子学生证、携带报名办法中提到的材料等到上海市罗店中学进行报到审核。

2、防疫要求：当天凭健康码、行程码、场所码、24小时本市核酸检测阴性报告方可入学审核。

（四）测试时间与组织要求

1.测试时间：6月25日

2.测试顺序及开始时间：下午14点开始

3.测试场地布置：陈安佳

4.测试人员及分工

（1）专家及分工：外聘专家组

（2）工作人员及分工：

计时：钟涛、刘桂玲、丁一峰、周玉林

登记：郭锦燕

测量：陈安佳、李恒飞

技术评判：外聘专家组

5.测试用具准备：体育组器材管理组

6.安保人员配备：罗店中学安保人员

7.其它要求：

（1）考生着装要求：相关项目专项运动装运动鞋

（2）考区卫生要求：所有器材与场地当天进行防疫消毒

（3）携带手机要求：考场内不得拍照，不得录像。

（4）录像监控要求：录像组全程跟随

（5）场地封闭要求：除考生外，教练与家长不得进入考场

（6）出入证件要求：身份证、健康码、行程码、场所码、24小时本市核酸检测阴性报告

（四）资格确认内容、方法与标准

1、获得市级比赛前六，区级比赛第一名，比赛次序册，成绩册（原件与复印件）；

2、在读学校学籍卡（原件），2022年上海市高中阶段学校区级优秀体育学生资格确认报名表（需所在校盖章六份，六张一寸照片）。

七、资格确认结果公示

通过资格确认学生名单将在6月27日（星期一）至7月1日（星期五）在上海市罗店中学公示5个工作日。

八、招生录取办法

(一)我校体育“一条龙”高中阶段学校招收优秀体育学生必须在宝山区范围内进行。

(二) 报名参加专业技能评价的学生只能报考一所相应的学校，且在当年度高中阶段学校招生报考志愿表的1-15志愿中将我校填报在第一志愿方为有效，否则视为自动放弃。

（三）对专业技能评价合格的学生，我校按照“公开、公平、公正”和择优录取的原则在学校中招录取分数线下20分的学生确定为优秀体育备取生，报经区教育局审批同意后，对有关学生实施进档录取。同时学业考试总成绩须达到当年度本市公办普通高中最低投档控制分数线；

（四）未经学生在读学校及在训学校公示及区教育考试中心集中上网公示，教育考试中心不得作为优秀体育学生投档投档，招生学校也不得录取。

九、疫情防控方案

1、所有获得资格参加测试的考生须提供考前14天的健康承诺书。

2.出行方式：包括步行、骑自行车、监护人安排接送（私家车）、安排专用车辆等。不乘坐地铁、公交车等公共交通工具，不使用共享单车。

3.专业技能评价相关人员及学生凭健康码和行程码、本人身份证原件、携带完整的《安全承诺书》、24小时内在沪新冠肺炎核酸检测阴性报告（可使用健康云等网络报告，截图无效）进行报到，进场的时候需要扫场所码，数字哨兵，当场做抗原检测。做好体温检测及洗手（或用免洗手消毒液消毒）等措施，入校时体温不得≥37.3℃。

4．原则上，评价应在室外空阔、通风良好的场地进行，确需在室内场地进行的，应通过开窗通风、使用排风扇等方式保持空气流通，不得使用中央空调和新风系统。提前做好评价场地设施清洁消毒，并根据器材种类采用适宜的方法在不同考生之间进行消毒。评价过程中，学生之间应至少保持2米以上距离，规定行进路线。除学生可在评价进行时不佩戴口罩外，其他情况下所有人员应全程佩戴口罩。

5、学生在用手触碰器材前后应洗手（或使用免洗手液消毒）。评价结束后，及时引导学生离开评价现场，防止人员聚集。

6．一旦出现考生体温≥37.3℃或干咳、胸闷、气促、乏力、腹泻等异常症状，及时就诊并上报。

7．评价结束后两周，持续关注所有专业技能评价相关人员及学生的健康状况。

十、应急预案

1、测试人数较多，按照报名表顺序分组进入考场，场外等候区设置距离间隔等候。

2、室外风雨恶劣天气影响，对一些不能测试的项目，在考核组允许下，进行适当取舍。

3、因疫情防控无法线下测试，改为线上视频测试，测试内容统一为：体能部分：一分钟仰卧两头起与一分钟双飞跳绳；专项技术部分。会议码另行通知。（方案见附件）

十一、监督保障

校级监督电话：021-56863091-1388

区级监督电话：31198813 66592876

上海市罗店中学

2022年6月3日

附件1

2022年上海市高中阶段学校区级优秀体育学生资格确认报名表

学生所在区： 毕业学校： 学生报名号：

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 姓名 |  | | | 性别 |  | 身高 |  | | | 体重 | |  | | | 出生日期 | 年月日 |
| 训练项目 | |  | | 专项 |  | | 是否已在 | | | 国家体育总局注册 | | | |  | 注册号 |  |
| 家庭地址 | |  | | | | | 电话 | | |  | | | | | 邮编 |  |
| 报考学校 | |  | | | | | 身份证号 | | |  | | | | | 上海学籍号 |  |
| 个人特点  运动经历 | |  | | | | | | | | | | | | | | |
| 主要  比赛  成绩 | 竞赛名称 | | | | | 时间 | | 地点 | | | 取得成绩（名次） | | | | | 证明人或推荐人 |
|  | | | | |  | |  | | |  | | | | | 年月日 |
|  | | | | |  | |  | | |  | | | | |
|  | | | | |  | |  | | |  | | | | |
| 毕业学校  意见 | | | 已公示5个工作日，同意该生报名。  签字（盖章）：  年月 日 | | | | | | 招生学校  意见 | | | | 已公示5个工作日，同意该生通过资格确认。  签字（盖章）：  年月 日 | | | |
| 区青少年体育工作  联席会议办公室（体教  融合办公室）意见 | | | 签字（盖章）：  年月 日 | | | | | | 市青少年体育工作  联席会议办公室意见 | | | | 签字（盖章）：  年月 日 | | | |

注：本表一式六份，由区教育、体育行政部门、区招考机构、招生学校各留一份。比赛成绩证明须另附页。

附件2

学生承诺书

本人是参加2022年上海市高中学校招收优秀体育学生资格确认线上专业技能评价的学生。我已认真阅读本市优秀体育学生招生资格确认线上专业技能评价相关招考信息。我已清楚了解**并郑重承诺：**

一、保证如实、准确提交报考信息和各项材料。

二、自觉服从线上互动交流组织学校的统一安排，接受工作人员的管理、监督和检查。

三、自觉遵守资格确认学校纪律和要求诚信参加。

四、若互动交流过程中遇到网络中断等突发状况，自觉服从学校安排。

五、严格遵守相关保密规定，**在学校互动交流全部结束前不以任何形式对外透露或传播与互动交流内容相关的情况。**

六、互动交流过程中不录音、录像、截图、录屏、投屏、直播，不保存与互动交流相关的内容。

七、本人互动交流过程中，保证只有本人一人在相对独立、安静的空间，无他人进出。

八、主动服从并积极配合报考学校优秀体育学生招生其他相关工作。

**本人已认真阅读以上内容，并保证遵守。若有违反，自愿承担相应责任，情节严重愿意承担法律责任。**

学生（承诺人）签字：

2022年 月 日

附件3

2022年上海市高中阶段学校区级优秀体育学生

市级体育赛事认定目录

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 序号 | 项目 | 市级比赛名称 |
| 1 | 足球 | 上海市校园足球联盟联赛（中小学组） |
| 2 | 上海市青少年校园足球精英赛（中小学组） |
| 3 | 上海市青少年校园足球夏令营最佳阵容选拔 |
| 4 | 上海市青少年足球锦标赛 |
| 5 | 上海市青少年足球俱乐部联赛（2021年） |
| 6 | 篮球 | 上海市中小学生篮球联赛（初中组） |
| 7 | 上海市中小学生篮球杯赛（初中组） |
| 8 | 上海市青少年篮球锦标赛 |
| 9 | 上海市中小学生篮球冠军赛（2020年）  上海市青少年篮球冠军赛（2021年） |
| 10 | MAGIC3 上海市青少年三对三超级篮球赛（精英组，2021年） |
| 11 | 排球 | 上海市中小学生排球联赛（初中组） |
| 12 | 上海市中小学生排球杯赛（初中组） |
| 13 | 上海市青少年排球锦标赛 |
| 14 | 上海市青少年沙滩排球锦标赛 |
| 15 | 乒乓球 | 上海市中小学生乒乓球锦标赛（初中组） |
| 16 | 上海市中小学生乒乓球冠军赛（2020年） |
| 17 | 上海市青少年乒乓球锦标赛 |
| 18 | 羽毛球 | 上海市中小学生羽毛球锦标赛（初中组） |
| 19 | 上海市青少年羽毛球锦标赛 |
| 20 | 网球 | 上海市中小学生网球锦标赛（初中组） |
| 21 | 上海市青少年网球锦标赛 |
| 22 | 上海市青少年网球排名赛总决赛 |
| 23 | 田径 | 上海市中学生田径联盟杯赛（初中组） |
| 24 | 上海市中学生田径冠军赛（初中组） |
| 25 | 上海市青少年田径锦标赛 |
| 26 | 游泳 | 上海市中小学生游泳锦标赛（初中组） |
| 27 | 上海市青少年游泳锦标赛 |
| 28 | 上海市中小学生游泳冠军赛（2020年） |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 29 | 武术 | 上海市中小学生武术套路锦标赛（初中组） |
| 30 | 上海市武术套路锦标赛（2020年）  上海市青少年武术套路锦标赛（2021年） |
| 31 | 上海市武术散打锦标赛（2020年）  上海市青少年武术散打锦标赛（2021年） |
| 32 | 冰雪 | 上海市中小学生冰上运动会  （初中组，冰球、短道速滑、花样滑冰项目） |
| 33 | 上海市青少年冰球锦标赛 |
| 34 | 上海市青少年冰壶锦标赛 |
| 35 | 上海市青少年花样滑冰锦标赛 |
| 36 | 上海市青少年短道速滑锦标赛（2021年） |
| 37 | 击剑 | 上海市中小学生击剑锦标赛（初中组） |
| 38 | 上海市青少年击剑锦标赛 |
| 39 | 上海市中小学生击剑冠军赛（2020年） |
| 40 | 射击 | 上海市射击锦标赛（2020年）  上海市青少年射击锦标赛（2021年） |
| 41 | 上海市射击冠军赛（2020年） |
| 41 | 射箭 | 上海市中小学生射箭锦标赛（初中组） |
| 42 | 上海市射箭锦标赛（2020年）  上海市青少年射箭锦标赛（2021年） |
| 43 | 上海市射箭冠军赛（2020年）  上海市青少年射箭冠军赛（2021年） |
| 44 | 健美操 | 上海市中小学生健美操锦标赛（初中组，竞技健美操项目） |
| 45 | 棒垒球 | 上海市青少年棒球锦标赛 |
| 46 | 上海市青少年垒球锦标赛 |
| 47 | 赛艇 | 上海市青少年赛艇锦标赛 |
| 48 | 上海市青少年赛艇冠军赛（2020年） |

注：1．以上认定目录中所列的市级体育比赛的主办单位须为市教育、体育行政部门。

2．国家级及以上赛事包括全国运动会、全国学生运动会及教育部或体育总局主办的其他相关项目单项锦标赛等。

附件4

2022年上海市高中阶段学校区级优秀体育学生

区级体育赛事认定目录

|  |  |
| --- | --- |
| **序号** | **区级比赛名称** |
| 1 | 宝山区中小学生田径锦标赛 |
| 2 | 宝山区中小职校园运动会（田径项目） |
| 3 | 宝山区中小学生篮球比赛（五对五） |
| 4 | 宝山区中小学生篮球比赛(三对三） |
| 5 | 宝山区中小学生武术比赛 |
| 6 | 宝山区中小学生乒乓球比赛 |
| 7 | 宝山区中小学生羽毛球比赛 |
| 8 | 宝山区中小学生游泳比赛 |
| 9 | 宝山区中小学生足球比赛 |
| 10 | 宝山区中小学生网球比赛 |
| 11 | 宝山区中小学生手球联赛 |
| 12 | 宝山区中小学生桥牌比赛 |
| 13 | 宝山区中小学生跳踢比赛 |
| 14 | 宝山区中小学生击剑比赛 |
| 15 | 宝山区中小学生啦啦操比赛 |
| 16 | 宝山区中小学生跆拳道比赛 |
| 17 | 宝山区中小学生三棋比赛（围棋、象棋、国际象棋） |

附件5

2022年宝山区高中阶段学校区级优秀体育学生

区级体育赛事认定表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 学校名称 |  | | | | | 学籍号 | | |  |
| 姓名 |  | 性别 |  | | | 身份证号 | | |  |
| 比赛名称 |  | | | | | | | | |
| 比赛时间 |  | | | | 比赛地点 | |  | | |
| 获奖名次及成绩 |  | | | | | | | | |
| 学校  审核意见 | 签字（盖章）：  年 月 日 | | | | | | | | |
| 区教育  行政部门  审核意见 | 签字（盖章）：  年 月 日 | | | 区体育  行政部门  审核意见 | | | | 签字（盖章）：  年 月 日 | |

附件6

2022年上海市罗店中学体育特长生考核内容及标准

一、网球特长生测试内容及标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 正拍连续击球10分 | 评分 | | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 反拍连续击球10分 | 评分 | | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 上手发球（左）10分 | 评分 | | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 上手发球（右）10分 | 评分 | | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 扇形跑  10分 | 男 | 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 16.3 | 16.6 | 17.0 | 17.4 | 17.8 | 18.2 | 18.6 | 19.0 | 19.5 | 20.0 |
| 女 | 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 17.3 | 17.6 | 18.0 | 18.4 | 18.8 | 19.2 | 19.6 | 20.0 | 20.5 | 21.0 |
| 1分钟左右折返摸单打边线10分 | 男 | 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 26 | 25 | 24 | 23 | 22 | 21 | 20 | 19 | 18 | 17 |
| 女 | 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 23 | 22 | 21 | 20 | 19 | 18 | 17 | 16 | 15 | 14 |
| 实战比赛  40分 | 技术运用 | | | 战术意识 | | | 作风心理 | | | 移动能力（专项素质） | | |
| 10 | | | 10 | | | 10 | | | 10 | | |
| 总成绩 | 100 | | | | | | | | | | | |

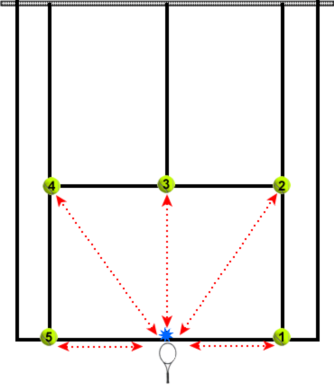
备注：

1.正拍连续击球、反拍连续击球，面对训练墙测试，从网球第一次触墙反弹开始计数，分别运用正拍与反拍连续击球十次，触墙下网高度为失误球，失球（打飞或漏球等不能继续连续击球）考核停止，以成功击球次数记成绩，正拍和反拍分别进行两次考核，取最好成绩。

2.上手发球，考生应站在底线后，以上手发球动作分别在左区、右区发球各10个，只有一次考试机会。

3.扇形跑

按图路线折返跑，脚踩到点即可折返，考试一次机会。



4. 1分钟内左右折返摸单打边线，从起点开始后，每触及边线记完成一次，最后一次如果没有触及边线，不记在内，只有一次考试机会。

二、跆拳道特长生测试内容及标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 仰卧两头起（1分钟）10分 | 男子 | 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 40 | 37 | 34 | 31 | 29 | 27 | 25 | 23 | 21 | 19 |
| 女子 | 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 38 | 35 | 32 | 29 | 27 | 25 | 23 | 21 | 19 | 18 |
| 横叉  10分 | 男子 | 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 5cm | 6cm | 7cm | 8cm | 9cm | 10cm | 11cm | 12cm | 13cm | 14cm |
| 女子 | 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 3cm | 4cm | 5cm | 6cm | 7cm | 8cm | 9cm | 10cm | 11cm | 12cm |
| 竖叉  10分 | 男子 | 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 2cm | 3cm | 4cm | 5cm | 6cm | 7cm | 8cm | 9cm | 10cm | 11cm |
| 女子 | 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 0cm | 1cm | 2cm | 3cm | 4cm | 5cm | 6cm | 7cm | 8cm | 9cm |
| 一分钟双摇跳绳  10分 | 男子 | 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 110 | 102 | 94 | 88 | 83 | 78 | 73 | 70 | 67 | 64 |
| 女子 | 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 104 | 96 | 88 | 82 | 77 | 72 | 67 | 64 | 61 | 58 |
| 20秒交替后脚跳下劈  20分 | 男子 | 评分 | **20** | **19** | **18** | **17** | **16** | **15** | **14** | **13** | **12** | **11** |
| 成绩 | 30 | 29 | 28 | 27 | 26 | 25 | 24 | 23 | 22 | 21 |
| 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 20 | 19 | 18 | 17 | 16 | 15 | 14 | 13 | 12 | 11 |
| 女子 | 评分 | **20** | **19** | **18** | **17** | **16** | **15** | **14** | **13** | **12** | **11** |
| 成绩 | 28 | 27 | 26 | 25 | 24 | 23 | 22 | 21 | 20 | 19 |
| 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 18 | 17 | 16 | 15 | 14 | 13 | 12 | 11 | 10 | 9 |
| 20秒原地跳双飞踢  20分 | 男子 | 评分 | **20** | **19** | **18** | **17** | **16** | **15** | **14** | **13** | **12** | **11** |
| 成绩 | 56 | 54 | 52 | 50 | 49 | 48 | 47 | 46 | 45 | 44 |
| 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 43 | 42 | 41 | 40 | 39 | 38 | 37 | 36 | 35 | 34 |
| 女子 | 评分 | **20** | **19** | **18** | **17** | **16** | **15** | **14** | **13** | **12** | **11** |
| 成绩 | 52 | 50 | 48 | 47 | 46 | 45 | 44 | 43 | 42 | 41 |
| 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 40 | 39 | 38 | 37 | 36 | 35 | 34 | 33 | 32 | 31 |
| 组合靶技术  20分 | 评分因素 | | 优 | | 良 | | 一般 | | 差 | | 很差 | |
| 动作路线 | | **4** | | **3** | | **2** | | **1** | | **0** | |
| 动作速度 | | **4** | | **3** | | **2** | | **1** | | **0** | |
| 击打效果 | | **4** | | **3** | | **2** | | **1** | | **0** | |
| 空间距离 | | **4** | | **3** | | **2** | | **1** | | **0** | |
| 协调衔接 | | **4** | | **3** | | **2** | | **1** | | **0** | |
| 总分 | 100 | | | | | | | | | | | |

备注：

1.仰卧两头起：双腿伸直双脚并拢放于垫上，开始时，腹部保持绷紧，双手双脚抬起并相互触碰，放下时，双脚回落至与垫子接触后立即进行第二次动作，动作连续进行，1分钟内完成既定次数。

2 .横叉，双手在体前扶地或侧举或叉腰，双腿伸直左右分开，两大腿内侧充分接触地面形成直线，脚内侧着地，以大腿根部与地面距离作为测试距离。

竖叉，双手在身体两侧扶地或侧举或叉腰，双腿伸直前后分开（对于左右腿前后不限），前腿大腿后侧，后腿大腿前侧充分接触地面形成直线，前脚脚跟，后脚脚背着地，以前腿大腿根部距离地面距离作为考核。

3. 20秒交替后脚跳下劈，考生在20秒规定时间内使用高位下劈技术连续击打脚靶（左右腿交替进行），每个技术动作路线明确、动作连贯、速度快、力量足、击打准确及效果明显，方被视为有效击打。考评员对考生所完成有效击打的次数进行计算，无效击打不予计数。靶位高度以受试者肩部高度为准。

4. 20秒原地跳双飞踢，考生在20秒规定时间内使用双飞踢技术连续击打脚靶（左右腿交替进行），每个技术动作路线明确、动作连贯、速度快、力量足、击打准确及效果明显，方被视为有效击打。考评员对考生所完成有效击打的次数进行计算，无效击打不予计数。靶位高度以受试者腹部高度为准。

5.脚靶组合技术

（1）指定组合：

组合一：右腿后横踢——左腿后横踢——双飞踢——后旋踢

组合二：后撤步右腿下劈——左腿下劈——右腿连续横踢

组合三：右腿后横踢——旋风踢——右腿跳前劈——左腿后踢

组合四：左腿前横踢——虚晃撤步——右腿后横踢——旋风踢

组合五：交换步左腿后横踢——右脚撤步变向——右腿横踢中上段连击

（2）考生一次性临场随机抽取指定组合动作两个，每个组合动作测试一次。

（3）如考生出现失误可申请重测一次，出现二次失误，扣除一分，第三次失误记0分，因考务人员造成失误不计算在内。

三、花样跳绳特长生测试内容及标准

1、身体素质（40分）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 30秒单摇  20分 | 男子 | 评分 | **20** | **19** | **18** | **17** | **16** | **15** | **14** | **13** | **12** | **11** |
| 成绩 | 120 | 115 | 110 | 105 | 100 | 98 | 96 | 94 | 92 | 90 |
| 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 89 | 88 | 87 | 86 | 85 | 84 | 83 | 82 | 81 | 80 |
| 女子 | 评分 | **20** | **19** | **18** | **17** | **16** | **15** | **14** | **13** | **12** | **11** |
| 成绩 | 115 | 110 | 105 | 100 | 98 | 96 | 94 | 92 | 90 | 89 |
| 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 88 | 87 | 86 | 85 | 84 | 83 | 82 | 81 | 80 | 79 |
| 30秒双飞  20分 | 男子 | 评分 | **20** | **19** | **18** | **17** | **16** | **15** | **14** | **13** | **12** | **11** |
| 成绩 | 65 | 63 | 61 | 59 | 58 | 57 | 56 | 55 | 54 | 53 |
| 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 52 | 51 | 50 | 49 | 48 | 47 | 46 | 45 | 44 | 43 |
| 女子 | 评分 | **20** | **19** | **18** | **17** | **16** | **15** | **14** | **13** | **12** | **11** |
| 成绩 | 62 | 61 | 59 | 58 | 57 | 56 | 55 | 54 | 53 | 52 |
| 评分 | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 成绩 | 51 | 50 | 49 | 48 | 47 | 46 | 45 | 44 | 43 | 42 |

2专项技术（60分）

根据《中国跳绳段位制段位花样考评标准》，每个动作得一分，60分满为止

