附件1

郑州市第十中学田径后备生测试

评分标准

测试内容：30米（20分）立定跳远（20分）、专项（60分）。各项测试名次仅对本项目录取有参考作用。

1. 素质项目评分标准

（一）考试办法

考生按轮次每人试跳2次，每次均丈量有效成绩。丈量成绩时，以考生身体任何部位着地最近点量至起跳线或起跳延长线的垂直距离。丈量的最小单位为1厘米，以两次试跳中的最优成绩为决定成绩。

（二）评分标准

男子立定跳远评分表

成绩计算单位：米

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 |
| 2.86  | 20 | 2.60  | 14.92 | 2.34  | 9.865 | 2.08  | 4.825 |
| 2.85  | 19.8 | 2.59  | 14.72 | 2.33  | 9.665 | 2.07  | 4.625 |
| 2.84  | 19.615 | 2.58  | 14.535 | 2.32  | 9.48 | 2.06  | 4.44 |
| 2.83  | 19.415 | 2.57  | 14.335 | 2.31  | 9.28 | 2.05  | 4.24 |
| 2.82  | 19.215 | 2.56  | 14.145 | 2.30  | 9.08 | 2.04  | 4.055 |
| 2.81  | 19.025 | 2.55  | 13.945 | 2.29  | 8.895 | 2.03  | 3.855 |
| 2.80  | 18.825 | 2.54  | 13.745 | 2.28  | 8.695 | 2.02  | 3.665 |
| 2.79  | 18.625 | 2.53  | 13.56 | 2.27  | 8.505 | 2.01  | 3.465 |
| 2.78  | 18.44 | 2.52  | 13.36 | 2.26  | 8.305 | 2.00  | 3.28 |
| 2.77  | 18.24 | 2.51  | 13.175 | 2.25  | 8.12 | 1.99  | 3.08 |
| 2.76  | 18.04 | 2.50  | 12.975 | 2.24  | 7.92 | 1.98  | 2.895 |
| 2.75  | 17.855 | 2.49  | 12.775 | 2.23  | 7.735 | 1.97  | 2.695 |
| 2.74  | 17.655 | 2.48  | 12.585 | 2.22  | 7.535 | 1.96  | 2.505 |
| 2.73  | 17.455 | 2.47  | 12.385 | 2.21  | 7.345 | 1.95  | 2.32 |
| 2.72  | 17.265 | 2.46  | 12.2 | 2.20  | 7.145 | 1.94  | 2.12 |
| 2.71  | 17.065 | 2.45  | 12 | 2.19  | 6.96 | 1.93  | 1.935 |
| 2.70  | 16.865 | 2.44  | 11.8 | 2.18  | 6.76 | 1.92  | 1.735 |
| 2.69  | 16.68 | 2.43  | 11.615 | 2.17  | 6.56 | 1.91  | 1.545 |
| 2.68  | 16.48 | 2.42  | 11.415 | 2.16  | 6.375 | 1.90  | 1.345 |
| 2.67  | 16.28 | 2.41  | 11.225 | 2.15  | 6.175 | 1.89  | 1.16 |
| 2.66  | 16.095 | 2.40  | 11.025 | 2.14  | 5.985 | 1.88  | 0.96 |
| 2.65  | 15.895 | 2.39  | 10.84 | 2.13  | 5.785 | 1.87  | 0.775 |
| 2.64  | 15.705 | 2.38  | 10.64 | 2.12  | 5.6 | 1.86  | 0.575 |
| 2.63  | 15.505 | 2.37  | 10.44 | 2.11  | 5.4 | 1.85  | 0.385 |
| 2.62  | 15.305 | 2.36  | 10.255 | 2.10  | 5.215 | 1.84  | 0.185 |
| 2.61  | 15.12 | 2.35  | 10.055 | 2.09  | 5.015 | 1.83  | 0 |

女子立定跳远评分表

成绩计算单位：米

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 |
| 2.40  | 20 | 2.13  | 14.535 | 1.86  | 9.345 | 1.59  | 4.4 |
| 2.39  | 19.785 | 2.12  | 14.335 | 1.85  | 9.16 | 1.58  | 4.215 |
| 2.38  | 19.585 | 2.11  | 14.135 | 1.84  | 8.975 | 1.57  | 4.04 |
| 2.37  | 19.375 | 2.10  | 13.945 | 1.83  | 8.785 | 1.56  | 3.855 |
| 2.36  | 19.175 | 2.09  | 13.745 | 1.82  | 8.6 | 1.55  | 3.68 |
| 2.35  | 18.96 | 2.08  | 13.545 | 1.81  | 8.415 | 1.54  | 3.505 |
| 2.34  | 18.76 | 2.07  | 13.36 | 1.80  | 8.225 | 1.53  | 3.32 |
| 2.33  | 18.545 | 2.06  | 13.16 | 1.79  | 8.04 | 1.52  | 3.145 |
| 2.32  | 18.345 | 2.05  | 12.96 | 1.78  | 7.855 | 1.51  | 2.975 |
| 2.31  | 18.145 | 2.04  | 12.775 | 1.77  | 7.665 | 1.50  | 2.785 |
| 2.30  | 17.935 | 2.03  | 12.575 | 1.76  | 7.48 | 1.49  | 2.615 |
| 2.29  | 17.735 | 2.02  | 12.385 | 1.75  | 7.295 | 1.48  | 2.44 |
| 2.28  | 17.535 | 2.01  | 12.185 | 1.74  | 7.12 | 1.47  | 2.265 |
| 2.27  | 17.335 | 2.00  | 12 | 1.73  | 6.935 | 1.46  | 2.095 |
| 2.26  | 17.12 | 1.99  | 11.815 | 1.72  | 6.745 | 1.45  | 1.905 |
| 2.25  | 16.92 | 1.98  | 11.615 | 1.71  | 6.56 | 1.44  | 1.735 |
| 2.24  | 16.72 | 1.97  | 11.425 | 1.70  | 6.385 | 1.43  | 1.56 |
| 2.23  | 16.52 | 1.96  | 11.24 | 1.69  | 6.2 | 1.42  | 1.385 |
| 2.22  | 16.32 | 1.95  | 11.04 | 1.68  | 6.015 | 1.41  | 1.215 |
| 2.21  | 16.12 | 1.94  | 10.855 | 1.67  | 5.84 | 1.40  | 1.04 |
| 2.20  | 15.92 | 1.93  | 10.665 | 1.66  | 5.655 | 1.39  | 0.865 |
| 2.19  | 15.72 | 1.92  | 10.465 | 1.65  | 5.48 | 1.38  | 0.695 |
| 2.18  | 15.52 | 1.91  | 10.28 | 1.64  | 5.295 | 1.37  | 0.52 |
| 2.17  | 15.32 | 1.90  | 10.095 | 1.63  | 5.105 | 1.36  | 0.345 |
| 2.16  | 15.12 | 1.89  | 9.905 | 1.62  | 4.935 | 1.35  | 0.175 |
| 2.15  | 14.92 | 1.88  | 9.72 | 1.61  | 4.745 | 1.34  | 0 |
| 2.14  | 14.735 | 1.87  | 9.535 | 1.60  | 4.575 |  |  |

（一）考试方法

分组进行考试。每个考生只有一次考试机会，考生起跑犯规二次取消考试资格，错过组次，不得再考。

1. 评分标准 （30米）

男子30米评分表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 成绩（秒） | 分值 | 成绩（秒） | 分值 | 成绩（秒） | 分值 |
| 3″923″943″963″984″004″024″044″064″084″104″124″144″164″184″204″224″244″26 | 2019.619.218.818.41817.617.216.816.41615.615.214.814.41413.613.2 | 4″284″304″324″344″364″384″404″424″444″464″484″504″524″544″564″584″604″62 | 12.812.41211.611.210.810.4109.69.28.88.487.67.26.86.46 | 4″644″664″684″704″724″744″764″784″804″824″844″864″884″90 | 5.65.24.84.443.63.22.82.421.61.20.80.4 |

女子30米评分表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 成绩（秒） | 分值 | 成绩（秒） | 分值 | 成绩（秒） | 分值 |
| 4″524″544″564″584″604″624″644″664″684″704″724″744″764″784″804″824″844″86 | 2019.619.218.818.41817.617.216.816.41615.615.214.814.41413.613.2 | 4″884″904″924″944″964″985″005″025″045″065″085″105″125″145″165″185″205″22 | 12.812.41211.611.210.810.4109.69.28.88.487.67.26.86.46 | 5″245″265″285″305″325″345″365″385″405″425″445″465″485″50 | 5.65.24.84.443.63.22.82.421.61.20.80.4 |

1. 专项100米、200米、400米评分标准

考生只准在以上项目中任选一项参加考试。选定后不得更改。

（一）100米、200米、400米项目

考试办法：

⑴起跑方式必须使用蹲踞式起跑，执行田径竞赛规则人工计时方法计取考生成绩，以1/10秒为最小计量单位；

⑵起跑犯规二次取消考试资格；

⑶每生只有一次考试机会；

（二）评分标准

男子100米评分表

成绩计算单位：秒

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 |
| 11.3  | 60 | 12.3  | 43.995 | 13.3  | 28.035 | 14.3  | 12.165 |
| 11.4  | 58.395 | 12.4  | 42.405 | 13.4  | 26.445 | 14.4  | 10.605 |
| 11.5  | 56.805 | 12.5  | 40.8 | 13.5  | 24.84 | 14.5  | 9 |
| 11.6  | 55.2 | 12.6  | 39.195 | 13.6  | 23.28 | 14.6  | 7.44 |
| 11.7  | 53.595 | 12.7  | 38 | 13.7  | 21.675 | 14.7  | 5.835 |
| 11.8  | 52.005 | 12.8  | 36 | 13.8  | 20.085 | 14.8  | 4.275 |
| 11.9  | 50.355 | 12.9  | 34.395 | 13.9  | 18.525 | 14.9  | 2.685 |
| 12.0  | 48.765 | 13.0  | 32.805 | 14.0  | 16.92 | 15.0  | 1.125 |
| 12.1  | 47.16 | 13.1  | 31.245 | 14.1  | 15.315 |  |  |
| 12.2  | 45.555 | 13.2  | 29.64 | 14.2  | 13 |  |  |

女子100米评分表

成绩计算单位：秒

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 |
| 12.8  | 60 | 14.8  | 44.955 | 16.8  | 30.045 | 18.8  | 15.165 |
| 12.9  | 59.235 | 14.9  | 44.235 | 16.9  | 29.28 | 18.9  | 14.445 |
| 13.0  | 58.485 | 15.0  | 43.485 | 17.0  | 28.56 | 19.0  | 13.68 |
| 13.1  | 57.765 | 15.1  | 42.72 | 17.1  | 27.795 | 19.1  | 12.915 |
| 13.2  | 57 | 15.2  | 42 | 17.2  | 27.045 | 19.2  | 12.195 |
| 13.3  | 56.235 | 15.3  | 41.235 | 17.3  | 26.325 | 19.3  | 11.445 |
| 13.4  | 55.485 | 15.4  | 40.485 | 17.4  | 25.56 | 19.4  | 10.725 |
| 13.5  | 54.72 | 15.5  | 39.72 | 17.5  | 24.795 | 19.5  | 9.96 |
| 13.6  | 54 | 15.6  | 39 | 17.6  | 24.075 | 19.6  | 9.24 |
| 13.7  | 53.235 | 15.7  | 38.235 | 17.7  | 23.325 | 19.7  | 8.475 |
| 13.8  | 52.485 | 15.8  | 37.485 | 17.8  | 22.605 | 19.8  | 7.755 |
| 13.9  | 51.72 | 15.9  | 36.765 | 17.9  | 21.84 | 19.9  | 7.005 |
| 14.0  | 50.955 | 16.0  | 36 | 18.0  | 21.12 | 20.0  | 6.285 |
| 14.1  | 50.235 | 16.1  | 35.235 | 18.1  | 20.355 | 20.1  | 5.52 |
| 14.2  | 49.485 | 16.2  | 34.515 | 18.2  | 19.605 | 20.2  | 4.8 |
| 14.3  | 48.72 | 16.3  | 33.765 | 18.3  | 18.885 | 20.3  | 4.08 |
| 14.4  | 47.955 | 16.4  | 33 | 18.4  | 18.12 | 20.4  | 3.315 |
| 14.5  | 47.235 | 16.5  | 32.28 | 18.5  | 17.4 | 20.5  | 2.595 |
| 14.6  | 46.485 | 16.6  | 31.515 | 18.6  | 16.635 | 20.6  | 1.845 |
| 14.7  | 45.72 | 16.7  | 30.765 | 18.7  | 15.915 | 20.7  | 1.125 |

男子200米评分表

成绩计算单位：秒

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 |
| 23.3  | 60 | 25.2  | 36.9 | 27.1  | 23.4 | 29.6  | 12 |
| 23.4  | 58.5 | 25.3  | 36 | 27.2  | 22.8 | 29.8  | 11.4 |
| 23.5  | 57 | 25.4  | 35.1 | 27.3  | 22.2 | 30.0  | 10.8 |
| 23.6  | 55.5 | 25.5  | 34.2 | 27.4  | 21.6 | 30.2  | 10.2 |
| 23.7  | 54 | 25.6  | 33.3 | 27.5  | 21 | 30.4  | 9.6 |
| 23.8  | 52.5 | 25.7  | 32.4 | 27.6  | 20.4 | 30.6  | 9 |
| 23.9  | 51 | 25.8  | 31.5 | 27.7  | 19.8 | 30.9  | 8.4 |
| 24.0  | 49.8 | 25.9  | 30.6 | 27.8  | 19.2 | 31.2  | 7.8 |
| 24.1  | 48.6 | 26.0  | 30 | 27.9  | 18.6 | 31.6  | 7.2 |
| 24.2  | 47.4 | 26.1  | 29.4 | 28.0  | 18 | 32.0  | 6.6 |
| 24.3  | 46.2 | 26.2  | 28.8 | 28.1  | 17.4 | 32.4  | 6 |
| 24.4  | 45 | 26.3  | 28.2 | 28.2  | 16.8 | 32.8  | 5.4 |
| 24.5  | 43.8 | 26.4  | 27.6 | 28.3  | 16.2 | 33.2  | 4.8 |
| 24.6  | 42.6 | 26.5  | 27 | 28.4  | 15.6 | 33.7  | 4.2 |
| 24.7  | 41.4 | 26.6  | 26.4 | 28.6  | 15 | 34.3  | 3.6 |
| 24.8  | 40.5 | 26.7  | 25.8 | 28.8  | 14.4 | 35.0  | 3 |
| 24.9  | 39.6 | 26.8  | 25.2 | 29.0  | 13.8 | 35.9  | 2.4 |
| 25.0  | 38.7 | 26.9  | 24.6 | 29.2  | 13.2 | 37.0  | 1.8 |
| 25.1  | 37.8 | 27.0  | 24 | 29.4  | 12.6 | 38.6  | 1.2 |

女子200米评分表

成绩计算单位：秒

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 |
| 26.8  | 60 | 28.7  | 36.9 | 30.6  | 23.4 | 33.1  | 12 |
| 26.9  | 58.5 | 28.8  | 36 | 30.7  | 22.8 | 33.3  | 11.4 |
| 27.0  | 57 | 28.9  | 35.1 | 30.8  | 22.2 | 33.5  | 10.8 |
| 27.1  | 55.5 | 29.0  | 34.2 | 30.9  | 21.6 | 33.7  | 10.2 |
| 27.2  | 54 | 29.1  | 33.3 | 31.0  | 21 | 33.9  | 9.6 |
| 27.3  | 52.5 | 29.2  | 32.4 | 31.1  | 20.4 | 34.1  | 9 |
| 27.4  | 51 | 29.3  | 31.5 | 31.2  | 19.8 | 34.4  | 8.4 |
| 27.5  | 49.8 | 29.4  | 30.6 | 31.3  | 19.2 | 34.7  | 7.8 |
| 27.6  | 48.6 | 29.5  | 30 | 31.4  | 18.6 | 35.1  | 7.2 |
| 27.7  | 47.4 | 29.6  | 29.4 | 31.5  | 18 | 35.5  | 6.6 |
| 27.8  | 46.2 | 29.7  | 28.8 | 31.6  | 17.4 | 35.9  | 6 |
| 27.9  | 45 | 29.8  | 28.2 | 31.7  | 16.8 | 36.3  | 5.4 |
| 28.0  | 43.8 | 29.9  | 27.6 | 31.8  | 16.2 | 36.7  | 4.8 |
| 28.1  | 42.6 | 30.0  | 27 | 31.9  | 15.6 | 37.2  | 4.2 |
| 28.2  | 41.4 | 30.1  | 26.4 | 32.1  | 15 | 37.8  | 3.6 |
| 28.3  | 40.5 | 30.2  | 25.8 | 32.3  | 14.4 | 38.8  | 3 |
| 28.4  | 39.6 | 30.3  | 25.2 | 32.5  | 13.8 | 39.4  | 2.4 |
| 28.5  | 38.7 | 30.4  | 24.6 | 32.7  | 13.2 | 40.5  | 1.8 |
| 28.6  | 37.8 | 30.5  | 24 | 32.9  | 12.6 | 42.1  | 1.2 |

男子400米评分表

成绩计算单位：秒

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 |
| 53.0  | 60 | 55.6  | 41.4 | 58.2  | 27.96 | 62.4  | 15 |
| 53.1  | 59.1 | 55.7  | 40.8 | 58.3  | 27.54 | 62.7  | 14.4 |
| 53.2  | 58.2 | 55.8  | 40.2 | 58.4  | 27.12 | 63.0  | 13.8 |
| 53.3  | 57.3 | 55.9  | 39.6 | 58.5  | 26.7 | 63.4  | 13.2 |
| 53.4  | 56.4 | 56.0  | 39 | 58.6  | 26.28 | 63.7  | 12.6 |
| 53.5  | 55.5 | 56.1  | 38.4 | 58.7  | 25.92 | 64.0  | 12 |
| 53.6  | 54.6 | 56.2  | 37.8 | 58.8  | 25.56 | 64.4  | 11.4 |
| 53.7  | 53.7 | 56.3  | 37.2 | 58.9  | 25.2 | 64.7  | 10.8 |
| 53.8  | 52.8 | 56.4  | 36.6 | 59.0  | 24.84 | 65.0  | 10.2 |
| 53.9  | 51.9 | 56.5  | 36 | 59.1  | 24.48 | 65.6  | 9.6 |
| 54.0  | 51 | 56.6  | 35.4 | 59.2  | 24.12 | 66.0  | 9 |
| 54.1  | 50.4 | 56.7  | 34.8 | 59.3  | 23.76 | 66.5  | 8.4 |
| 54.2  | 49.8 | 56.8  | 34.2 | 59.4  | 23.4 | 67.0  | 7.8 |
| 54.3  | 49.2 | 56.9  | 33.6 | 59.6  | 22.8 | 67.5  | 7.2 |
| 54.4  | 48.6 | 57.0  | 33 | 59.8  | 22.2 | 68.0  | 6.6 |
| 54.5  | 48 | 57.1  | 32.58 | 60.0  | 21.6 | 68.8  | 6 |
| 54.6  | 47.4 | 57.2  | 32.16 | 60.2  | 21 | 69.5  | 5.4 |
| 54.7  | 46.8 | 57.3  | 31.74 | 60.4  | 20.4 | 70.3  | 4.8 |
| 54.8  | 46.2 | 57.4  | 31.32 | 60.6  | 19.8 | 71.2  | 4.2 |
| 54.9  | 45.6 | 57.5  | 30.9 | 60.8  | 19.2 | 72.3  | 3.6 |
| 55.0  | 45 | 57.6  | 30.48 | 61.0  | 18.6 | 73.5  | 3 |
| 55.1  | 44.4 | 57.7  | 30.06 | 61.2  | 18 | 75.1  | 2.4 |
| 55.2  | 43.8 | 57.8  | 29.64 | 61.4  | 17.4 | 77.0  | 1.8 |
| 55.3  | 43.2 | 57.9  | 29.22 | 61.6  | 16.8 | 79.8  | 1.2 |
| 55.4  | 42.6 | 58.0  | 28.8 | 61.9  | 16 |  |  |
| 55.5  | 42.00  | 58.1  | 28.38  | 62.1  | 15.6  |  |  |

女子400米评分表

成绩计算单位：秒

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 |
| 63.0  | 60 | 65.6  | 44.94 | 68.2  | 34.56 | 73.0  | 20.4 |
| 63.1  | 59.4 | 65.7  | 44.52 | 68.3  | 34.2 | 73.3  | 19.8 |
| 63.2  | 58.8 | 65.8  | 44.1 | 68.4  | 33.84 | 73.6  | 19.2 |
| 63.3  | 58.2 | 65.9  | 30.18 | 68.5  | 33.48 | 73.9  | 18.6 |
| 63.4  | 57.6 | 66.0  | 43.26 | 68.6  | 33.12 | 74.2  | 18 |
| 63.5  | 57 | 66.1  | 42.84 | 68.7  | 32.76 | 74.5  | 17.4 |
| 63.6  | 56.4 | 66.2  | 42.42 | 68.8  | 32.4 | 74.8  | 16.8 |
| 63.7  | 55.8 | 66.3  | 42 | 68.9  | 31.8 | 75.1  | 16.2 |
| 63.8  | 55.2 | 66.4  | 41.58 | 69.0  | 31.2 | 75.5  | 15.6 |
| 63.9  | 54.6 | 66.5  | 41.16 | 69.2  | 30.6 | 75.8  | 15 |
| 64.0  | 54 | 66.6  | 40.74 | 69.4  | 30 | 76.2  | 14.4 |
| 64.1  | 53.4 | 66.7  | 40.32 | 69.6  | 29.4 | 76.6  | 13.8 |
| 64.2  | 52.8 | 66.8  | 39.9 | 69.8  | 28.8 | 77.0  | 13.2 |
| 64.3  | 52.2 | 66.9  | 39.48 | 70.0  | 28.2 | 77.4  | 12.6 |
| 64.4  | 51.6 | 67.0  | 39.06 | 70.2  | 27.6 | 77.8  | 12 |
| 64.5  | 51 | 67.1  | 38.64 | 70.4  | 27 | 78.3  | 11.4 |
| 64.6  | 50.52 | 67.2  | 38.22 | 70.6  | 26.4 | 78.8  | 10.8 |
| 64.7  | 50.04 | 67.3  | 37.8 | 70.8  | 25.8 | 79.3  | 10.2 |
| 64.8  | 49.56 | 67.4  | 37.44 | 71.0  | 25.2 | 79.8  | 9.6 |
| 64.9  | 49.08 | 67.5  | 37.08 | 71.2  | 24.6 | 80.3  | 9 |
| 65.0  | 48.6 | 67.6  | 36.72 | 71.4  | 24 | 80.9  | 8.4 |
| 65.1  | 48.12 | 67.7  | 36.36 | 71.6  | 23.4 | 81.6  | 7.8 |
| 65.2  | 47.64 | 67.8  | 36 | 71.9  | 22.8 | 82.2  | 0 |
| 65.3  | 47.16 | 67.9  | 35.64 | 72.1  | 22.2 | 83.0  | 0 |
| 65.4  | 46.68 | 68.0  | 44.94 | 72.4  | 34.56 |  |  |
| 65.5  | 46.2 | 68.1  | 44.52 | 72.7  | 34.2 |  |  |

附件2

**郑州市第十中学篮球后备生测试评分标准**

**一、考核指标与所占分值**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **类别** | **专项技术** | **实战能力** |
| 考核指标 | 一分钟自投自抢投篮 | 半场往返v字形左右行进间投篮 | 助跑摸高 | 实战能力 |
| 分值 | 10分 | 10分 | 10分 | 70分 |

**二、考试方法与评分标准**

1. **、**投篮
2. 考试方法：内线队员中锋4.80米，外线球员6.75米。以篮圈中心垂直投影为圆心，以圆心到罚线的距离为半径画半圆，从罚球线开始投篮，然后抢到篮板球后运球到半圆外继续投篮，在线内或踩线投进的球视为无效球（投进一球0.5分）如图：



1. 、半场v字形往返左右手行进间投篮

1、考试方法

考生持球站在A起点，当听到开始口令后（同时开表），用右手运球做行进间运球上篮，球进后，用右手运球至B点后，换成左手运球做行进间左手上篮，球进后，用左手运球至 A 点后再重复一次。运球通过A点停表。

按要求完成运球上篮，不得违例，投中每一次上篮。冲刺时不得大力把球拍出A点。如图：



1. 评分标准：

|  |
| --- |
| **半场往返v字形左右手行进间投篮** |
| 外线队员 | 分值 | 内线队员 |
| 28秒 | 10 | 29秒 |
| 29 | 9 | 30 |
| 30 | 8 | 31 |
| 31 | 7 | 32 |
| 32 | 6 | 34 |
| 34 | 5 | 35 |
| 35 | 4 | 36 |
| 36 | 3 | 38 |
| 37 | 2 | 39 |
| 38 | 1 | 40 |

（三)、 助跑摸高（10分）：

|  |
| --- |
| 助跑摸高 |
| 分值 | 成绩 |
| 10 | 3.20（米） |
| 8 | 3.10（米） |
| 6 | 3.05（米） |
| 4 | 3（米） |
| 2 | 2.90（米） |
| 0 | 2.80以下 |

（四）实战能力

1. 考试方法：按照篮球比赛规则，视考生人数分队进行比赛，比赛时间为10分钟。
2. 评分标准：

|  |  |
| --- | --- |
| 分值范围 | 评分标准 |
| 优（50--70 ） | 有团队意识，战术配合意识强，技术动作运用合理，运用效果好，个人技术动作正确、协调、连贯，实效。 |
| 良（30---50） | 战术配合意识较强，实战效果好。技术运用较合理，动作正确，协调。 |
| 中（10---30） | 个人基本技术动作正确，技术运用基本合理，运用效果一般，战术意识一般。没有团队配合 |
| 差（10以下） | 动作不正确，不协调。技术运用不合理，效果差。没有战术意识。 |

附件3

**郑州市第十中学足球后备生测试评分标准**

1.立定跳远（5分）

（1）考试方法

考生每人连续试跳2次，每次均丈量有效成绩。丈量成绩时，以考生身体任何部位着地最近点量至起跳线或起跳延长线的垂直距离。丈量的最小单位为1厘米，以两次试跳中的最优成绩为决定成绩。

（2）评分标准

立定跳远评分表

成绩计算单位：米

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 |
|  |  | 2.60 | 3.75 | 2.34 | 2.45 | 2.08 | 1.15 |
| 2.85 | 5 | 2.59 | 3.7 | 2.33 | 2.4 | 2.07 | 1.1 |
| 2.84 | 4.95 | 2.58 | 3.65 | 2.32 | 2.35 | 2.06 | 1.05 |
| 2.83 | 4.9 | 2.57 | 3.6 | 2.31 | 2.3 | 2.05 | 1 |
| 2.82 | 4.85 | 2.56 | 3.55 | 2.30 | 2.25 | 2.04 | 0.95 |
| 2.81 | 4.8 | 2.55 | 3.5 | 2.29 | 2.2 | 2.03 | 0.9 |
| 2.80 | 4.75 | 2.54 | 3.45 | 2.28 | 2.15 | 2.02 | 0.85 |
| 2.79 | 4.7 | 2.53 | 3.4 | 2.27 | 2.1 | 2.01 | 0.8 |
| 2.78 | 4.65 | 2.52 | 3.35 | 2.26 | 2.05 | 2.00 | 0.75 |
| 2.77 | 4.6 | 2.51 | 3.3 | 2.25 | 2 | 1.99 | 0.7 |
| 2.76 | 4.55 | 2.50 | 3.25 | 2.24 | 1.95 | 1.98 | 0.65 |
| 2.75 | 4.5 | 2.49 | 3.2 | 2.23 | 1.9 | 1.97 | 0.6 |
| 2.74 | 4.45 | 2.48 | 3.15 | 2.22 | 1.85 | 1.96 | 0.55 |
| 2.73 | 4.4 | 2.47 | 3.1 | 2.21 | 1.8 | 1.95 | 0.5 |
| 2.72 | 4.35 | 2.46 | 3.05 | 2.20 | 1.75 | 1.94 | 0.45 |
| 2.71 | 4.3 | 2.45 | 3 | 2.19 | 1.7 | 1.93 | 0.4 |
| 2.70 | 4.25 | 2.44 | 2.95 | 2.18 | 1.65 | 1.92 | 0.35 |
| 2.69 | 4.2 | 2.43 | 2.9 | 2.17 | 1.6 | 1.91 | 0.3 |
| 2.68 | 4.15 | 2.42 | 2.85 | 2.16 | 1.55 | 1.90 | 0.25 |
| 2.67 | 4.1 | 2.41 | 2.80 | 2.15 | 1.5 | 1.89 | 0.2 |
| 2.66 | 4.05 | 2.40 | 2.75 | 2.14 | 1.45 | 1.88 | 0.15 |
| 2.65 | 4 | 2.39 | 2.7 | 2.13 | 1.4 | 1.87 | 0.1 |
| 2.64 | 3.95 | 2.38 | 2.65 | 2.12 | 1.35 | 1.86 | 0 |
| 2.63 | 3.9 | 2.37 | 2.6 | 2.11 | 1.3 |  |  |
| 2.62 | 3.85 | 2.36 | 2.55 | 2.10 | 1.25 |  |  |
| 2.61 | 3.8 | 2.35 | 2.5 | 2.09 | 1.2 |  |  |

2.30米跑（5分）

（1）考试方法

分组进行考试。每个考生只有一次考试机会，考生起跑犯规二次取消考试资格，错过组次，不得再考。

（2）评分标准

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 成绩（秒） | 分值 | 成绩（秒） | 分值 | 成绩（秒） | 分值 |
| 3″923″943″963″984″004″024″044″064″084″104″124″144″164″184″204″224″244″26 | 5.04.94.84.74.64.54.44.34.24.14.03.93.83.73.63.53.43.3 | 4″284″304″324″344″364″384″404″424″444″464″484″504″524″544″564″584″604″62 | 3.23.13.02.92.82.72.62.52.42.32.22.12.01.91.81.71.61.5 | 4″644″664″684″704″724″744″764″784″804″824″844″864″884″90 | 1.41.31.21.11.00.90.80.70.60.50.40.30.20.1 |

3.颠球（10分）

（1）考试方法

考生在规定区域做好准备，经考评员示意后方可开始。考生须用脚将球挑起，左、右脚正脚背部位交替颠球，其它有效部位的触球可作为调整，但不计算有效次数。当球触及地面时测试即为结束。每名考生有两次机会，取最优秀成绩为决定成绩。颠球次数达到满分成绩（60次），听考评员发出“停止”口令后方可停止。

（2）评分标准

|  |
| --- |
| 颠球 |
| 次数 | 分值 | 次数 | 分值 | 次数 | 分值 |
| 101112131415161718192021222324252627 | 2.02.22.42.62.83.03.23.43.63.84.04.14.24.34.44.54.64.7 | 282930313233343536373839404142434445 | 4.84.95.05.15.25.35.45.55.65.75.85.96.06.26.46.66.87.0 | 464748495051525354555657585960 | 7.27.47.67.88.08.28.48.68.89.09.29.49.69.810.0 |

4.20米运球过杆射门（15分：其中运球绕杆10分，射门5分。场地见下图）



（1）考试方法

将球在起点线上放稳，待考评员示意后方可开始。每名考生一次机会。

考生运球过杆的方式和射门脚法不限。运球时漏绕或少绕标杆均按失败记录。绕过最后一根杆后，必须在罚球区外完成射门，进入罚球区内的射门成绩无效。

（2）评分标准

颠球与过杆射门成绩评分表

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 时间 | 分值 | 时间 | 分值 |
| 12"512"412"312"212"112"011"911"811"711"611"511"411"311"211"111"010"910"8 | 3.03.23.43.63.84.04.24.44.64.85.05.25.45.65.86.06.26.4 | 10"710"610"510"410"310"210"110"09"99"89"79"69"59"49"39"29"19"0 | 6.66.87.07.27.47.67.88.08.28.48.68.89.09.29.49.69.810.0 |

5.教学比赛（65分）

(1)测试方法：考生分组（队），进行比赛。

(2)成绩评定：由 评委根据评分标准对考生的基本技术、位置技术、战术意识、个人特点、综合能力等 5 个方面进行综合评定。

(3)比赛评分标准：（65 分）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 指标 | 基本技术 | 位置技术 | 战术意识 | 个人特点 | 综合能力 |
| 分值 | 10分 | 10 分 | 15 分 | 15 分 | 15 分 |
| 技评标准 | 传、接、带、控、射、头球等个人基本技术以及 基 本 的 步伐、变向跑、折返跑等有球与无球技术等。 | 后卫的防守技术，中场的组织 传 接 与 跑位，前锋的穿插与射门，各位置的职责与整体的协调性等。 | 小组、局部、整体的传接球配合意识与跑位接应意识及预判能力，定位球 的 攻 防 意识。 | 射门欲望与抢点、渗透性传球意识，头球与补位意识。1V1 攻防、协防，身体素质的速度与灵敏性等。 | 阅读比赛的能力、观察、决策、应变力、创造力、心里状态的稳定 性等。 |

守门员评分标准

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 指标 | 指标内涵 | 分值 |
| 序号 | 内容 |
| 1 | 技术 | 基本手法，扑接球手法、动作规范，准确协调，运用熟练合理。 | 15 |
| 2 | 意识 | 参与组织进攻，防守意识强，选位好，观察力好，掌握出击时机恰当 | 15 |
| 3 | 反应 | 反应快速、灵敏，判断准确、果断机智，连续扑接球能力强 | 15 |
| 4 | 作风 | 勇敢、积极、顽强、团队精神好 | 10 |
| 5 | 身体素质 | 脚下步伐灵活性，移动速度，蹬地的爆发力，弹跳力 | 10 |