

## 附件 2

# 2025 年普高提前招生体育特长生运动技能 加试办法

### 一、加试要求

(1) 报到时间：3 月 22 日中午 13:00；考试时间：3 月 22 日 14: 00。

(2) 考生 3 月 22 日中午 13:00 到学校体育馆一楼南大厅集合，考试开始后 30 分钟不报到者按照自动放弃处理。考试期间，因考生个人原因中途离场不能完成考试的，视同放弃考试。

(3) 考生自备运动服、运动鞋、球拍，考试所需器材（如篮球、足球、排球、乒乓球和网球等）由学校体育部提供。

(4) 考生必须持准考证、身份证和证书、证明材料等原件来校进行现场确认。

(5) 考生必须从田径、足球、篮球、排球、乒乓球和网球六个项目中选择一个项目进行加试。

(6) 考生不得携带手机、具有通讯功能的手表等电子产品进入考点，考生以外人员禁止进入考点。

(7) 所有考生必须熟知自身身体状况，承诺能正常参加体育考试，考试过程中因自身原因造成的意外运动伤害，由本人承担一切责任及后果。建议考生在参加考试前购买“人身意外伤害保险”。

## 二、加试项目

### (一) 田径

1、加试项目：以下四项自选三项进行测试：(1) 100 米、(2) 立定跳远、(3) 800 米、(4) 实心球

每项 100 分，总分 300 分，180 分为合格分。

2、加试办法：参照中国田径协会最新《田径竞赛规则》，径赛项目每人跑 1 次，记录成绩。田赛项目每人 2 次，取最好成绩。

### (二) 足球(球型号：世达 2000)

#### 非守门员：

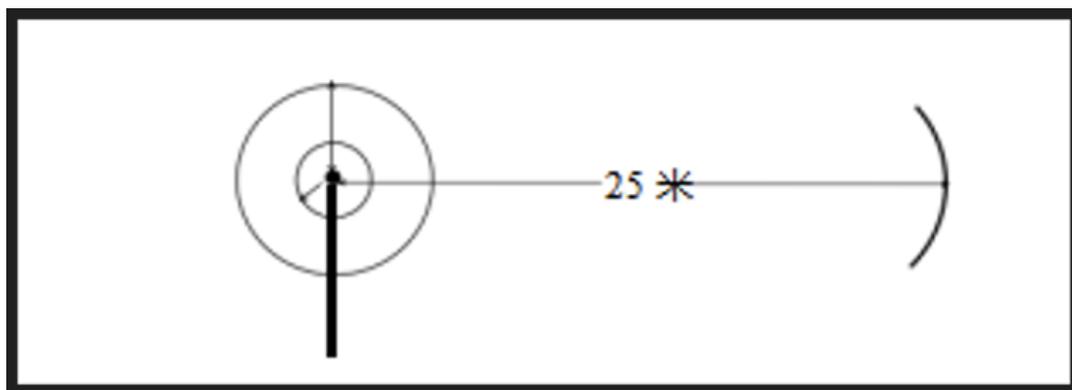
1、加试项目：(1) 定位球踢准 (2) 运球绕杆射门 (3) 实战。每项 100 分，总分 300 分，180 分为合格分。

#### 2、加试办法：

##### (1) 定位球踢准 (达标 50 分，技评 50 分)

以“O”为圆心(圆心处放一锥形标志桶作为标记)，分别画半径为 5 米和 2 米的两个同心圆(线的宽度不超过 12 厘米，下同)。男生以 25 米(女生 20 米)为半径从圆心向任何方向划一条 5 米长的弧，作为踢准的限制线。(如下图)参赛选手必须将球放在限制线上或线后向圈里踢球，否则踢中无效。以球的第一落点落在圈内或线上为有效(各圆的线为该圆的有效区)。

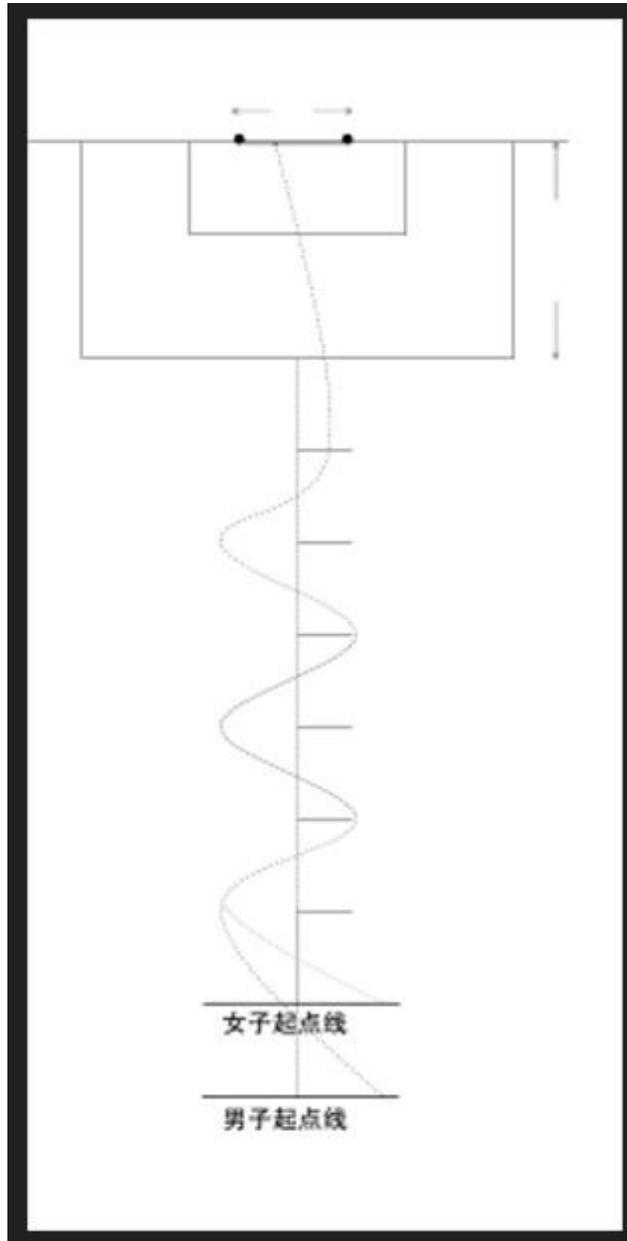
示意图：



## (2) 运球绕杆射门（满分 100 分）

在距罚球区线中点 20 米处，画一条长 5 米的线平行于罚球区线，作为起点线，男子起点线到球门线的距离为 36.5 米。距起点线 8 米处起，沿 20 米垂线放置标志物 6 个，女子起点线到球门线距离为 32.5 米，距起点线 4 米处起，沿 20 米垂线放置标志物 6 个，间距为 2 米。标志物固定垂直放在地面上，以参赛选手碰不倒为宜。（如下图）参赛选手按足球竞赛规则允许的动作运球，否则视为犯规。参测选手从起点线开始运球，球向前滚动即开表计时，运球逐个绕过标杆后，在球未进入罚球区前射门，球整体越过球门线即停表。射门不限脚法，球射入球门内成绩有效。球未进门则无有效成绩（球打在球门横梁或立柱加 1 秒计算）。足球绕标时不得漏标，如有漏标需重绕，不绕或漏绕均为成绩无效。所有参赛选手进行三次测试，三次均记成绩（测试成绩四舍五入取小数点后一位。例：7 秒 11 则为 7 秒 1；7 秒 15 则为 7 秒 2）。该项目的最终得分为三次测试中最好成绩得分。

示意图：



### (3) 实战（满分 100 分）

视考试人数分队进行实战比赛，考评员参照实战能力评分细则，独立对考生的技术能力、战术能力、心理素质及比赛作风等方面进行综合评定。采用百分制评分。

## 守门员：

1、加试项目包括：（1）立定跳远（2）抛球踢远（3）实战。

每项 100 分，总分 300 分，180 分为合格分。

## 2、加试办法

### （1）立定跳远（满分 100 分）

参赛选手站在起跳线后，双脚并拢，双臂自然下垂，起跳时，双脚同时发力向前跳出，落地时双脚同时着地，以起跳线至落地点的最近距离为有效成绩，每人有 2 次跳远机会，取最好成绩作为最终成绩。

### （2）抛球踢远（达标 50 分，技评 50 分）

参赛选手站在罚球区内，用手将球抛起后，用脚将球踢向远处，球的第一落点距离罚球区线的垂直距离为有效成绩，每人有三次抛球踢远机会，取最好成绩作为最终成绩。

### （3）实战（满分 100 分）

视考试人数分队进行实战比赛，考评员参照实战能力评分细则，独立对考生的技术能力、战术能力、心理素质及比赛作风等方面进行综合评定。

（三）篮球（球型号：CUBAL 比赛专用球。男子使用 7 号球，女子使用 6 号球）

1、加试项目包括：（1）半场往返运球投篮（2）一分钟

投篮（3）实战。

每项 100 分，总分 300 分，180 分为合格分。

## 2、加试办法

### （1）半场往返运球投篮（满分 100 分）

男选手站在球场端线的规定点（起点），快速运球至中线右侧边线处，绕杆折返运球上篮，在运球上篮途中必须完成一次后转身运球技术，且球要求投中篮，若球投不中篮，则必须补投中篮（以下各次投篮与此相同）；自己抢到篮板球后快速运往左侧中线的边线处，绕杆折返快速运球上篮，在运球上篮途中必须完成一次背后运球技术，抢到投中的篮板球后，重复做一遍上述过程，一共往返两个来回，投中篮 4 个球。从起点运球开始计时，到第 4 个球投中篮后，选手持球冲过终点处（原起点处），则计时结束，时间越短成绩越好，每人 2 次机会取最好成绩。（测试成绩四舍五入取小数点后一位。例：7 秒 11 则为 7 秒 1；7 秒 15 则为 7 秒 2）

女选手站在球场端线的规定点（起点），快速运球至中线右侧边线处，绕杆折返运球上篮，且球要求投中篮，若球投不中篮，则必须补投中篮（以下各次投篮与此相同）；自己抢到篮板球后快速运往左侧中线的边线处，绕杆折返快速运球上篮，抢到投中的篮板球后，重复做一遍上述过程，一共往返两个来回，投中篮 4 个球。从起点运球开始计时，到第 4 个球投中篮后，选手持球冲过终点处（原起点处），则计时结束，时间越短成绩越好，每人 2 次机会取最好成绩。（测试成绩四舍五入取小数点后一位。例：7 秒 11 则为 7 秒 1；7 秒

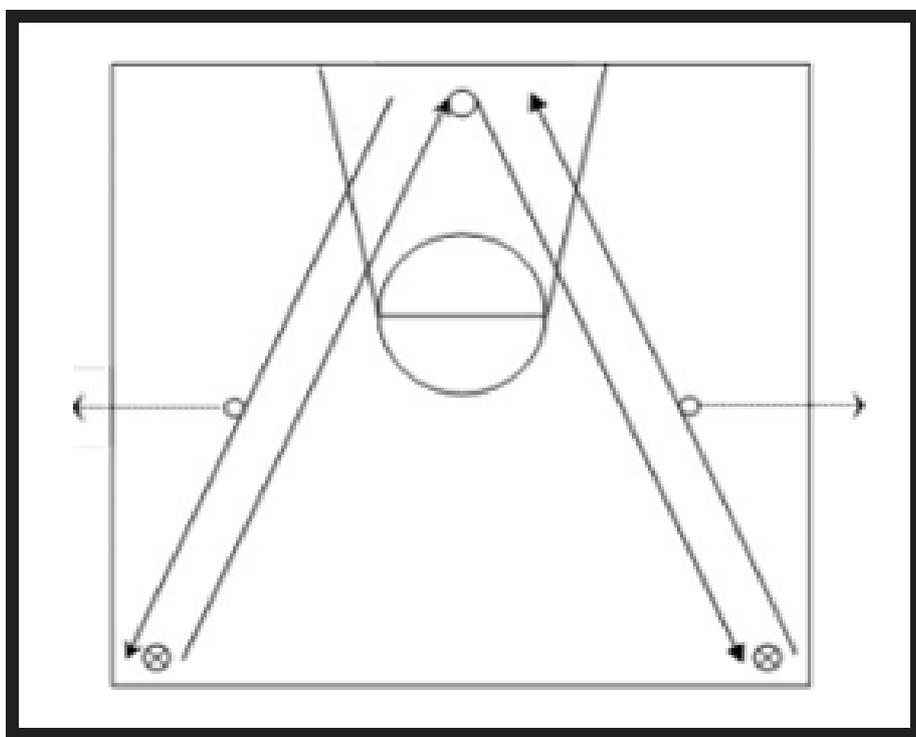
15 则为 7 秒 2)

**测试要求：**

①男选手在做后转身运球上篮和背后运球上篮时，可以左右两侧任意选择使用，但两侧不能做相同动作，否则成绩无效；

②运球过程中，不得向前抛球和抱球跑动，不得两次或多次运球等违例，否则成绩无效。

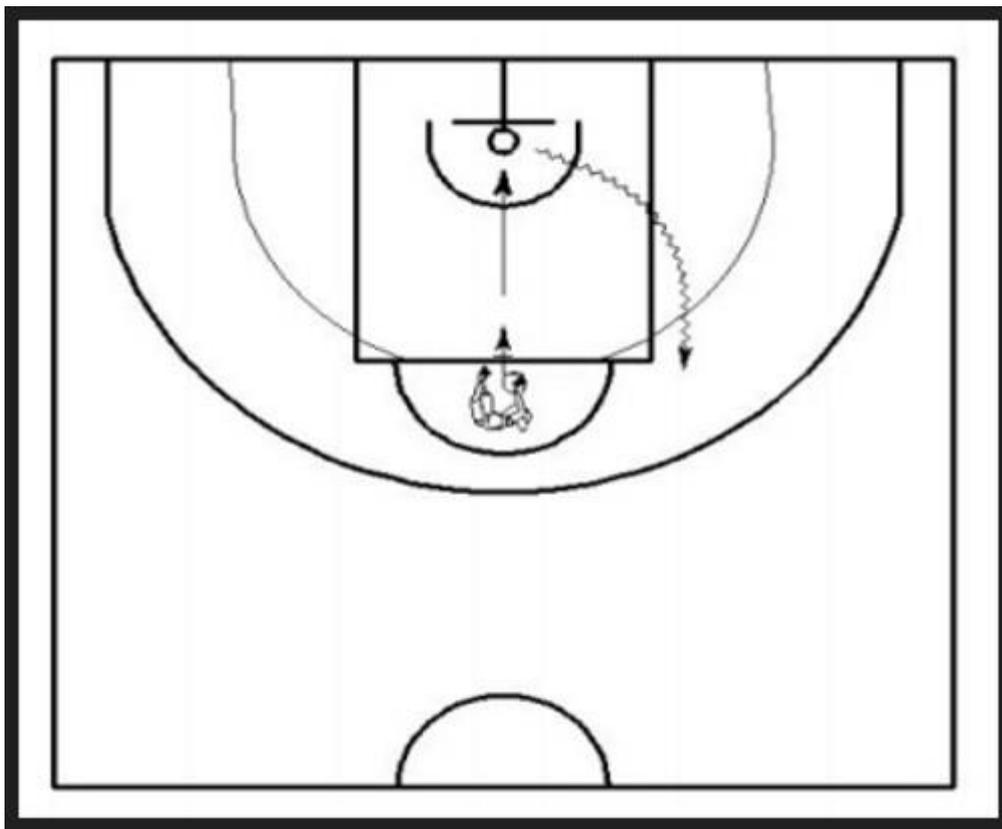
**路线示意图：**



**(2) 一分钟投篮（技评 50 分，达标 50 分）**

选手站在弧线外听信号开始投篮，60 秒内自投自抢（男子单手肩上投篮，女子单双手投篮不限），按投中次数计分。场地要求：男子三分线外，女子以篮圈中心投影点为圆心，以 4.225 米（罚球线）为半径画弧线并接 1.575 米的直线。

区域示意图如下：



### (3) 实战（满分 100 分）

视考试人数分队进行 5V5 比赛，考评员参照实战能力评分细则，独立对考生的技术能力、战术能力、心理素质及比赛作风等方面进行综合评定。采用百分制评分。

### (四) 排球(球型号：米卡萨 V-200W)

1、加试内容：(1) 发球 (2) 传垫球 (3) 实战。

每项 100 分，总分 300 分，180 分为合格分。

#### 2、加试办法

##### (1) 发球（满分 100 分）

男生必须正面上手发球，女生不做要求。每人发球 10 个，以球落到某区的分数计分（见示意图）。发球时，测试人

员必须站在发球线后方，发球线与球场边线平行，脚不能触碰或越过发球线。须听从裁判的发球信号，只有在裁判示意后才能发球。球落在两区分界线上，按高分计分，球不过网或出界计零分。每球得分相加换算后为最终得分。

## **(2) 传垫球（达标 50 分，技评 50 分）**

考生将球垫或传至墙面正方形方框内，每人限时 120 秒。每人两次机会，取最好成绩记录。

男选手：在距离墙面 1.8 米的位置设置一条端线，距离地面 3.0 米（正方形中心位置）的墙面上设置一个边长为 1 米的正方形。

女选手：在距离墙面 1.6 米的位置设置一条端线，距离地面 2.8 米（正方形中心位置）的墙面上设置一个边长为 1 米的正方形。

## **(3) 实战（满分 100 分）**

视考试人数分队进行 6VS6 比赛，考评员参照实战能力评分细则，独立对考生的技术能力、战术能力、心理素质及比赛作风等方面进行综合评定。采用百分制评分。

## **(五) 乒乓球（球型号：红双喜三星 40+）**

**1、加试项目包括：**（1）左推右攻（2）发球抢攻（3）实战。

每项 100 分，总分 300 分，180 分为合格分。

### **2、加试办法**

#### **(1) 左推右攻（达标 60 分；技评 40 分）**

每名选手 3 次发球的机会，选手发球后，陪考员在球台

正手位推挡陪练，并将球推到选手正、反手各 1 次，循环进行。选手左右各击球 1 次，1 个循环计 1 次，必须跑动到台面的两个直线，并将球送还到陪练的正手位台区，否则不予计数，球掉在地上算失败 1 次，测 3 次取最好成绩记分。

### **(2) 发球抢攻（达标 60 分；技评 40 分）**

每名选手 6 次发球机会，必须在第三板抢攻到直线和斜线各 3 个，抢攻不到相应半区内不予计数，自主选择在正手位或在侧身位抢攻(陪考失误不影响成绩)。

### **(3) 实战（满分 100 分）**

视考试人数进行 1VS1 比赛，考评员参照实战能力评分细则，独立对考生的技术能力、战术能力、心理素质及比赛作风等方面进行综合评定。采用百分制评分。

## **(六) 网球（考试用球：Odea Passion）**

**1、加试项目包括：**（1）底线正反手击球（2）上手发球  
（3）实战对抗

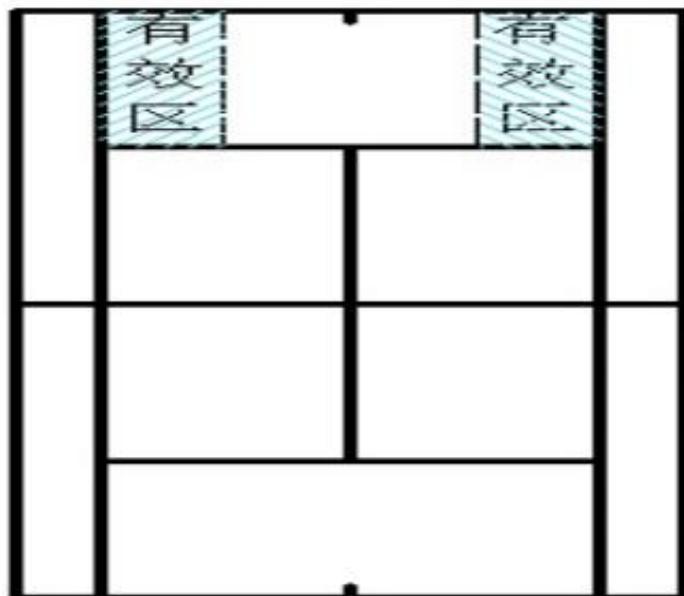
每项 100 分，总分 300 分，180 分为合格分。

### **2、加试办法**

#### **(1) 底线正反手击球（达标 60 分，技评 40 分）**

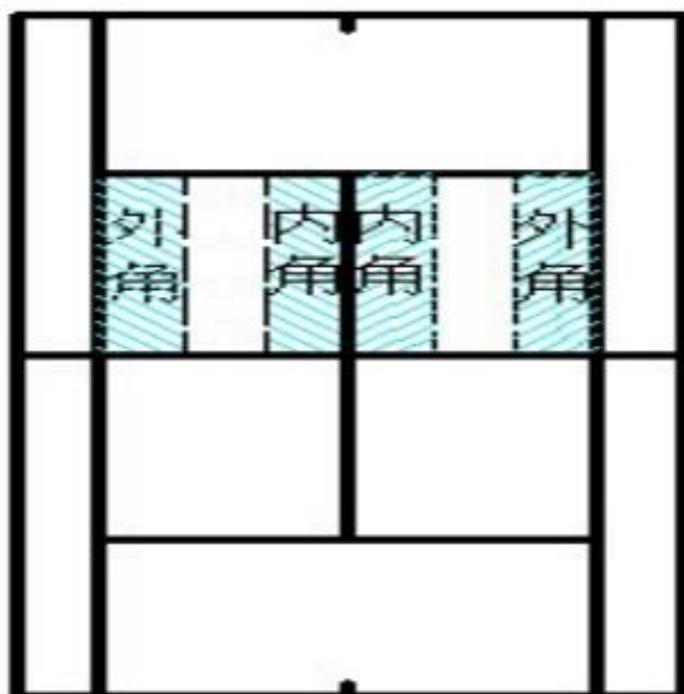
正手平击球、上旋球；反手（双反、单反都可）平击球、上旋球，共四项技术，每项技术连续 5 次击球机会，陪练负责隔网用拍子抛球，每击打进指定区域一次，得分，未进不

得分。



(2) 上手发球 (达标 60 分, 技评 40 分)

上手发平击球、侧旋球, 共两项技术, 每项技术连续 5 次击球机会, 每击打进指定区域一次, 得分, 未进不得分。



### **(3) 实战对抗（满分 100 分）**

视考试人数进行 1VS1 比赛，考评员参照实战能力评分细则，独立对考生的技术能力、战术能力、心理素质及比赛作风等方面进行综合评定。采用百分制评分。