

2020年厦门市直属高中招收体育、艺术特长生特长测试内容

一、艺术类:

项目	招生学校及人数	测试内容	备注	测试时间地点
1. 声乐	1. 厦门一中（思明校区）15名 2. 厦门二中 10名（限女生） 3. 厦门六中 5名	总分 100 分，考试内容如下： （1）不带任何伴奏形式，现场演唱一段自选歌曲（提倡科学用嗓，一般不提倡演唱通俗歌曲），长度不超过 3 分钟（80 分）； （2）音高模唱（10 分）、旋律模唱（10 分）。	一律不使用现场伴奏（即现场清唱相对完整的一段歌曲）。	6 月 26、27 日 双十中学枋湖校区
2. 舞蹈	1. 双十中学 12 名 2. 厦门六中 8 名（限女生） 3. 集美中学 10 名（限女生） 4. 同安一中 7 名 5. 科技中学（翔安校区）6 名啦啦操（限女生）	总分 100 分，考试内容如下： （1）舞蹈基本功——测试软开度、力度、跳转翻等技巧（40 分）； （2）3 分钟左右的自选舞蹈剧目（限于古典舞、现代舞、民间舞、芭蕾舞）表演（60 分）。 报考啦啦操者展示 2 分钟左右的自选啦啦操剧目（60 分）。	1. 考生舞蹈伴奏音乐自备，伴奏音乐一律使用光盘（用 CD 格式）。每盘一首，并在 CD 封面上标明曲目和考生姓名。 2. 报考舞蹈者女生统一穿连体体操服，男生穿训练服。舞蹈表演不穿演出服，统一穿体操服，女生头发一律盘起，不化妆。不准穿高跟鞋和踢踏舞鞋（带铁钉的鞋子）进入考场。 3. 报考啦啦操者统一穿啦啦操训练服、长裤。	6 月 26、27 日 双十中学枋湖校区

3. 器乐	<p>1. 厦门一中（思明校区）7名西洋管弦乐</p> <p>2. 双十中学 12名器乐（西洋管弦乐 8名，民乐 4名）</p> <p>3. 科技中学（翔安校区）6名民乐</p> <p>4. 集美中学 10名西洋管乐</p>	<p>总分 100 分，考试内容如下：</p> <p>（1）现场演奏三分钟左右自选乐曲，不带伴奏（80分）；</p> <p>（2）音高模唱（10分）、旋律模唱（10分）。</p>	<p>测试时所需要的乐器和设备（除谱架外）自备，具体招生项目及名额安排见各学校招生简章。</p>	<p>6月26、27日</p> <p>双十中学枋湖校区</p>
4. 朗诵	<p>厦门六中 6名（2名男生，4名女生）</p>	<p>总分 100 分，考试内容如下：</p> <p>（1）朗诵，须使用普通话，自备稿件（55分，表演时间：2分—2分30秒）；</p> <p>（2）根据考官给的命题即兴评述或即兴主持，须使用普通话（35分）；</p> <p>（3）自选才艺展示（10分，歌曲清唱或舞蹈表演二选一，表演时间1分钟）</p>	<p>朗诵不带伴奏音乐。</p> <p>自选才艺展示的舞蹈表演配乐自备，拷在U盘里带至考试现场。</p>	<p>6月26、27日</p> <p>双十中学枋湖校区</p>
5. 美术	<p>厦门二中 10名</p>	<p>总分 100 分，考试内容如下：</p> <p>（1）静物素描：60分</p> <p>根据提供的静物照片内容，完成一幅静物素描。考生只能使用铅笔或炭笔作为表现用具，不得增加或减少考试内容。时间：120分钟。</p> <p>（2）人物动态速写：40分</p> <p>根据提供的人物动态照片，于40分钟内完成一张速写。</p>	<p>静物素描和人物动态速写均为8开纸，纸张由招生学校提供，绘画用的笔、画板、夹子等画具考生自备。</p>	<p>6月26、27日</p> <p>厦门二中五缘校区</p>

二、体育类（各体育项目考试备注附后）

项目	招生学校及人数	测试内容	测试时间地点
1. 田径 (限跑、跳类)	1. 厦门一中(思明校区) 8名 2. 双十中学 3名 3. 科技中学(翔安校区) 4名 4. 集美中学 12名 5. 同安一中 8名	(一) 基本素质与技能(20分): 1. 100米跑(8分) 2. 立定跳远(8分) 3. 田径专项技能(4分): 小步跑、高抬腿跑、后蹬跑、跨步跳, 每小项1分, 根据完成的动作质量进行评分。 (二) 专项测试(80分): 从个人成绩证明的项目中自选一项参加测试(限跑、跳类)。把100米作为专项的考生, 得再次进行100米专项测试。	6月26、27日 双十中学枋湖校区
2. 游泳	厦门一中(思明校区) 7名	(一) 100米测试(泳姿自选)(70分): 按不同泳姿评分标准测评。 (二) 200米混合泳测试(30分) 注: 两项测试项目均参照国际泳联评分标准测评。	6月26、27日 双十中学枋湖校区
3. 男子 篮球	同安一中 7名	(一) 后卫 1. 身体素质及技术(80分) (1) 100米(10分) (2) 立定跳远(10分) (3) 90秒投篮(30分): 详见“备注3”说明(1)。 (4) 多向运球上篮(30分): 详见“备注3”说明(3)。 2. 实战测试(20分): 针对考生在比赛中的技术动作规格(5分)、技术运用(5分)、战术配合意识(10分)等方面进行评分。 (二) 前锋	6月26、27日 双十中学枋湖校区

		<p>1. 身体素质及技术（80分）</p> <p>（1）100米（10分）</p> <p>（2）身高（10分）</p> <p>（3）助跑摸高（10分）：应单脚起跳单手摸高。以1cm为单位，不足1cm不计。记录触及的最高高度，每人试跳两次，取最高成绩。</p> <p>（4）60秒投篮（25分）：详见“备注3”说明（2）。</p> <p>（5）左右手运球上篮（25分）：详见“备注3”说明（4）。</p> <p>2. 实战测试（20分）：针对考生在比赛中的技术动作规格（5分）、技术运用（5分）、战术配合意识（10分）等方面进行评分。</p> <p>（三）中锋</p> <p>1. 身体素质及技术（80分）</p> <p>（1）身高（20分）</p> <p>（2）助跑摸高（30分）：应单脚起跳单手摸高。以1cm为单位，不足1cm不计。记录触及的最高高度，每人试跳两次，取最高成绩。</p> <p>（3）60秒投篮（30分）：详见“备注3”说明（2）。</p> <p>2. 实战测试（20分）：针对考生在比赛中的技术动作规格（5分）、技术运用（5分）、战术配合意识（10分）等方面进行评分。</p>	
4. 女子 篮球	<p>1. 双十中学5名</p> <p>2. 同安一中3名</p>	<p>（一）身体素质及技术（80分）：</p> <p>1. 助跑摸高（20分）：应单脚起跳单手摸高。以1cm为单位，不足1cm不计。记录触及的最高高度，每人试跳两次，取最高成绩。</p> <p>2. 5.8米×6折返跑（罚球线至端线）（20分）</p> <p>3. 60秒投篮（20分）：罚球线外自投自抢，走步或踩线投中不算得分。</p> <p>4. 半场V字往返运球上篮（20分）：详见“备注4”说明</p>	<p>6月26、27日</p> <p>双十中学枋湖校区</p>

		(二) 半场或全场比赛: 根据学生技术运用, 战术意识, 比赛作风等方面进行评分 (20分)	
5. 男子排球	1. 厦门一中 (思明校区) 5 名 2. 翔安一中 6 名	(一) 身体条件: 身高 (10 分) (二) 身体素质 (35 分) 1. 助跑摸高 (20 分): 测试方法: 助跑后采用双脚起跳单手摸高, 记录触及的最高高度, 每人试跳三次, 取最高成绩, 以厘米为单位, 不足 1 厘米不计。 2. “半米字” 移动速度测试 (15 分): 详见 “备注 13” 说明。 (三) 排球专项 (55 分) 1. 网前至三米线内两人连续传、垫球 (10 分): 两人连续传、垫球, 根据传垫动作是否标准, 是否触网或出界, 以及移动等实际技术运用情况进行评分。按抽签顺序搭档, 出现单数时最后 1 人与前一位搭档。 2. 上手发球 (20 分): 详见 “备注 14” 说明。 3. 扣球 (25 分): 详见 “备注 15” 说明。	6 月 26、27 日 双十中学枋湖校区
6. 女子排球	翔安一中 6 名	(一) 身体条件: 身高 (10 分) (二) 身体素质 (30 分) 1. 助跑摸高 (15 分): 测试方法: 助跑后采用双脚起跳单手摸高, 记录触及的最高高度, 每人试跳三次, 取最高成绩, 以厘米为单位, 不足 1 厘米不计。 2. “半米字” 移动速度测试 (15 分): 详见 “备注 13” 说明。 (三) 排球专项 (60 分) 1. 网前至三米线内两人连续传、垫球 (20 分): 两人连续传球 10 次、垫球 10 次, 每次成功得 1 分, 两次测试机会, 取最好一次成绩。按抽签顺序搭档, 出现单数时最后 1 人与前一位搭档。	6 月 26、27 日 双十中学枋湖校区

		<p>2. 上手发球 (20 分): 详见“备注 14”说明。</p> <p>3. 扣球 (20 分): 详见“备注 15”说明。</p>	
7. 足球	<p>1. 厦门二中男子足球 2 名 (非守门员)</p> <p>2. 科技中学 (翔安校区) 男子足球 12 名 (10 名非守门员+2 名守门员)</p> <p>3. 集美中学男子足球 12 名 (10 名非守门员+2 名守门员, 如守门员未招满则招非守门员)</p> <p>4. 同安一中男子足球 7 名 (5 名非守门员+2 名守门员, 如守门员未招满则招非守门员)</p> <p>5. 双十中学女子足球 10 名 (9 名非守门员+1 名守门员, 如守门员未招满则招非守门员)</p> <p>6. 厦门六中女子足球 3 名 (非守门员)</p> <p>7. 集美中学女子足球 8 名 (7 名非守门员+1 名守门员, 如守门员未招</p>	<p>测试对象——非守门员:</p> <p>(一) 专项身体素质测试 (30 分):</p> <p>1. 30 米直线不同间距绕杆跑 (15 分), 详见“备注 7”说明。</p> <p>2. 5×25 米折返跑 (15 分), 详见“备注 8”说明。</p> <p>(二) 基本技术测试 (40 分):</p> <p>男生:</p> <p>1. 25 米传准 (20 分), 详见“备注 9”说明。</p> <p>2. 20 米运球绕杆射门 (20 分), 详见“备注 10”说明。</p> <p>女生:</p> <p>1. 灵活性、协调性综合测试 (20 分), 详见“备注 11”说明。</p> <p>2. 带球转身射门 (20 分), 详见“备注 12”说明。</p> <p>(三) 比赛能力测试 (30 分):</p> <p>分优秀、良好、及格、不及格四个等级, 对考生的技术运用、战术意识、比赛作风等方面进行评价。</p> <p>测试对象——守门员:</p> <p>(一) 身体专项测试 (30 分):</p> <p>1、立定跳远 (15 分)</p> <p>2、30 米直线不同间距绕杆跑 (15 分)</p> <p>(二) 守门员专项技术 (40 分):</p> <p>1、接球技术 (10 分):</p> <p>2、扑球技术 (10 分)</p>	<p>6 月 26、27 日</p> <p>厦门二中五缘校区</p>

	满则招非守门员)	<p>3、手抛球抛准(10分) 男生距离25米,女生距离20米,单球用手抛到指定区域内。</p> <p>4、发球门球和踢凌空球(10分) 限定20米宽度范围内,超过范围成绩无效。</p> <p>(三)比赛能力测试(30分): 进行3V3或4V4的小型比赛,在比赛中对守门员比赛能力进行评定。针对学生技术运用,战术意识,比赛作风等方面进行评价分优秀、良好、及格、不及格四个等级。</p>	
8. 男子 棒球	科技中学(翔安校区)10名	<p>(一)专项素质(50分)</p> <p>1. 一垒跑(10分) 测试方法:在棒球场地地上进行,考生在右打区一脚踏本垒板,听口令启动时开表计时,跑过一垒停表,漏踏一垒垒包成绩无效。每人测试一次。失误者,可补测一次。</p> <p>2. 全垒跑(20分) 测试方法:在棒球场地地上进行,考生在右打区一脚踏本垒板,听口令启动时开表计时,跑过本垒停表,漏踏任一垒包成绩无效。每人测试一次。失误者,可补测一次。</p> <p>3. 掷远(20分) 测试方法:在长方形场地地上进行,场地宽10米为有效区,助跑限制线为3米。每人试投三次。取最佳成绩。三次试投均失误者,可补测一次。中途不得更变传球手。</p> <p>(二)专项技术(50分)</p> <p>1. 击立柱球(20分)</p>	6月26、27日 厦门二中五缘校区

		<p>测试方法：立柱放置于本垒处，考生选择一个打击区向场内击球，中途不得更变打击区。测量击出球后球第一落点的距离。要求技术运用合理，动作规范。每名考生击打 5 次，取最远一次成绩，击出界外球的，当次成绩无效。</p> <p>2. 内场防守（30 分）</p> <p>测试方法：考生站于二三垒垒线后规定的防守位置，球过垒线后考生启动接发球机打在本防守区域内的各种有效球，每人接 5 个并向一垒传平直球。一垒放置 2*2 米挡网并在网中央设有大小一定的方框，要求技术运用合理，动作连贯，传球准确。</p>	
<p>9. 竞技健美操</p>	<p>科技中学（翔安校区）3 名</p>	<p>（一）基本内容（20 分）</p> <p>1. 身材比例和形象（10 分）</p> <p>2. 柔韧测试三面叉（10 分）</p> <p>（二）难度动作（30 分）</p> <p>1. 按以下顺序完成 4 个规定难度（20 分）</p> <p>（1）直升飞机</p> <p>（2）分腿支撑 10 秒</p> <p>（3）屈体分腿跳</p> <p>（4）单足转体 360 度成垂地劈腿</p> <p>2. 完成 2 个自选难度动作（10 分）</p> <p>按照《2017—2020 竞技健美操评分规则》四类难度中任选 2 个不同组别的难度动作（女生 C 组必选，B 组和 D 组任选一类），且不能选取与规定难度动作命名相同的动作，要求考生所选难度动作的分值不低于 0.3 分并尽可能展示考生的技术、技能水平。</p> <p>（三）自编成套动作（50 分）</p>	<p>6 月 26、27 日</p> <p>双十中学枋湖校区</p>

		<p>考试方法：考生单独依次进行考试</p> <p>自编成套动作按照《2017—2020 竞技健美操评分规则》的要求进行编排，尽可能展示考生的竞技能力和表现能力。成套动作时间为 1 分钟。</p> <p>注：考生考试时着竞技健美操训练服装，健美操鞋。</p>	
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

注：各体育项目考试备注附后。

备注:

1. 各项目均按百分制计分。

2. 90-100 分为优秀、75-89 分为良好、60-74 分为及格、59 分及以下为不及格。

3. 男子篮球:

(1) 后卫投篮: 以篮圈中心投影点为中心, 6.25 米为半径画弧 (三分球线), 考生在弧线外进行 90 秒自投自抢, 投篮方式不限, 记投中次数。每人测两次, 记其中一次最佳成绩。投篮必须在弧线外, 不准踩线, 踩线投篮投中无效。向上起跳投篮时要有明显的腾空时间。

(2) 前锋、中锋投篮: 以篮圈中心投影点为中心, 5.5 米为半径画弧, 考生在弧线外进行 1 分钟自投自抢, 投篮方式不限 (跳起投篮), 记投中次数。每人测两次, 记其中一次最佳成绩。要求: 投篮起跳时必须在弧线外, 不准踩线, 否则投中无效。向上起跳投篮时要有明显的腾空时间。

(3) 后卫多向运球上篮: 在篮球场上画出 3 个半径为 40 厘米的圆圈, 分别标为①、②、③; 各圆心距临近的边线为 2 米; ①、③距各自临近的端线内沿为 6 米; ②定位在中线上, 到中心点的距离为 2.8 米。(如图 1)

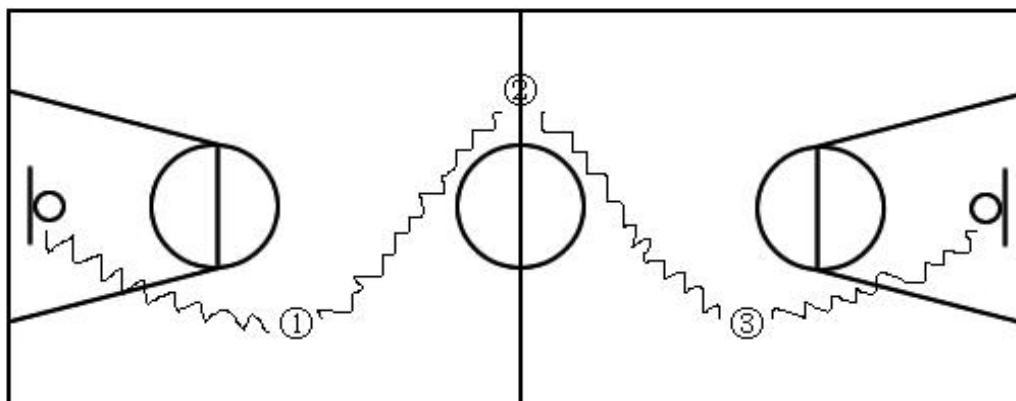


图 1 男子篮球“后卫多向运球上篮”图示

考生在球场端线中点外出发区持球站立, 当其身体任意部位穿过端线外沿的垂直面时开始计时。考生用右手运球至①处, 在①处做背后运球, 换左手向②处运球, 至②处做左手后转身运球, 换右手运球至③处, 右手做胯下运球后, 左手运球上篮。上篮不中须补篮直至中篮。球中篮后用左手运球返回③处, 在③处做左手背后运球, 换右手运球至②处, 用右手做后转身运球, 换左手运球至①处做左手胯下运球, 然后右手运球上篮。球中篮后做同样动作再重复一次, 最后一次上篮命中后持球冲出端线, 身体任意部位穿过端线外沿垂直面时停止计时, 记录完成的时间。每人测两次, 计其中 1 次最好成绩。

要求: 在①、②、③处任意一脚应踩到圆圈线或圆圈内地面, 方可运球变向, 否则视为无效, 不予计分。考生在运球行进的过程中不得违例, 每次违例计时追加 1 秒。

(4) 前锋左右手行进间上篮：在篮球场右侧边线中点开始，面向球篮以右手运球上篮，同时开始计时，球中篮后，再以右手运球至左侧边线中点，然后折转换左手运球上篮，投中篮后，再以左手运球回到原起点，同样再重复上述运球投篮，再回到原起点时停表。

4. 女子篮球“半场V字往返运球上篮测试”说明，如图2。

方法：听信号考生从起点出发，用右手运球并上篮（球必须投到进为止），自抢篮板球后同样用右手运球折返点，绕过标志杆换成左手运球并上篮（球必须投到进为止），自抢篮板球后同样用左手运球向终点，人与球均过终点计时停止。两次机会，取最优成绩，两次测试，均出现违规现象，成绩以零分计算。

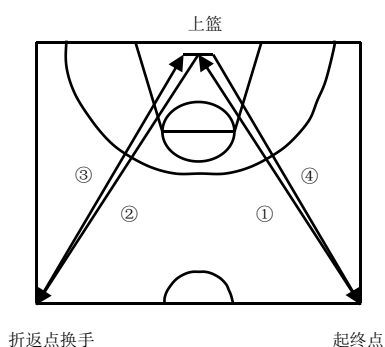


图2 女子篮球“半场V字往返运球上篮测试”图示

5. 排球“三米三向移动测试”说明，如图3。

方法：三米三向移动，场地为三条边长为3米的直线组成，如图，0是原点也是测试的起始点，测试开始时在0、A、B、C点地上各设一个标志物，听到开始口令后碰到0点的标志物，开始向A点移动，碰到A点标志物后，回0点碰到0点标志物算一次往返（男生两次往返，女生一次往返），移动的顺序按A、B、C进行，最后一次回到0点，计时停止。两次机会，取最优成绩，两次测试均出现违规现象，成绩以零分计算。

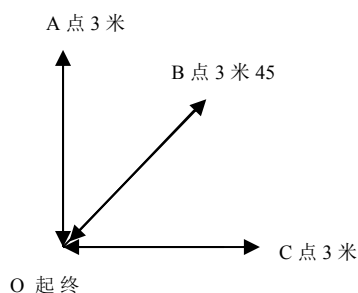


图3 排球“三米三向移动测试”图示

6. 男子排球“发球、垫球、传球、扣球专项测试”说明。

发球：上手发球起评分 5 分，下手发球起评分 4 分。

垫球：站于离墙 1.5m、垫球高度 2.5m 以上、宽度 2m，超出该范围不计次数，作为调整。

传球：站于离墙 1.5m、传球高度 2.5m 以上、宽度 2m，超出该范围不计次数，作为调整。

扣球：考生自抛（或传或垫）自扣 3 次，每次 5 分，网高 2.40 米，球未抛好，可重抛。

7. 足球“30 米直线不同间距绕杆跑”说明，如图 4。

方法：考生采用站立式起跑从 A 点出发，单脚离地即开始计时，跑动时必须绕过每一根标志杆（高度 1.5 米以上），越过 B 终点计时停止。两次机会，取最优成绩。若出现未绕过标志杆或将标志杆碰倒，视为犯规，二次测试犯规成绩以零分计算。

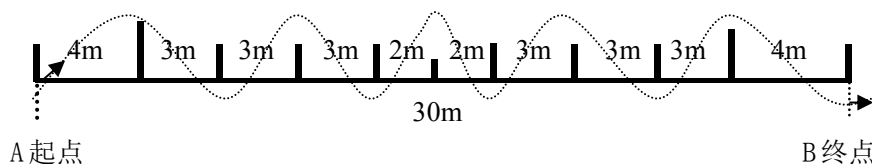


图 4 “30 米直线不同间距绕杆跑测试”图示

8. 足球“5 × 25 米折返跑测试”说明，如图 5。

方法：考生采用站立式起跑从 A 点出发，单脚离地即开始计时，推倒矿泉水瓶 B 即返回起点 A，推倒起点 A 矿泉水瓶后返回跑向 C 点，推倒矿泉水瓶 C，再返回起点 A，直至依次推倒矿泉水瓶 D、E、F 后返回 A 起点，越过 A 起终点线，计时停止。测试一次，若出现未按顺序推倒矿泉水瓶或未推倒全部矿泉水瓶的情况，视为犯规，允许补测一次，再次犯规，成绩以零分计算。

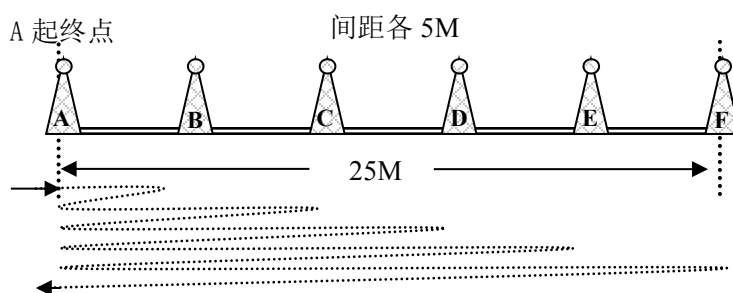


图 5 “5X25 米折返跑测试”图示

9. 足球“25 米传准”说明，如图 6。

每人传 10 球，左右脚不限。以第一落点记录成绩，圈内或压线得分，每次 2 分。

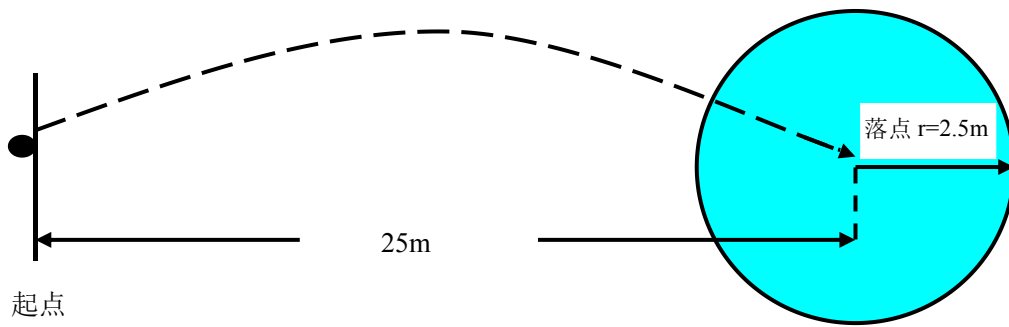


图6 足球“25米传准”图示

10. 足球“20米运球绕杆射门测试”说明，如图7。

方法：罚球区线至起点线距离为20米，起点（起点线长度4米）至第一根杆距离为4米，其余每杆距离均为2米，共设8根杆。考生从起点运球，脚触球即开始计时。逐个绕过标志杆后须在罚球区外（限制线）完成射门，球越过两门柱内侧和横梁下沿的球门线时计时停止。两次机会，取最优成绩。运球漏杆、碰倒标志杆或未射进球门，算一次失败，射中球门横梁或立柱可补测一次。如3次测试均为失败，成绩以零分计算。

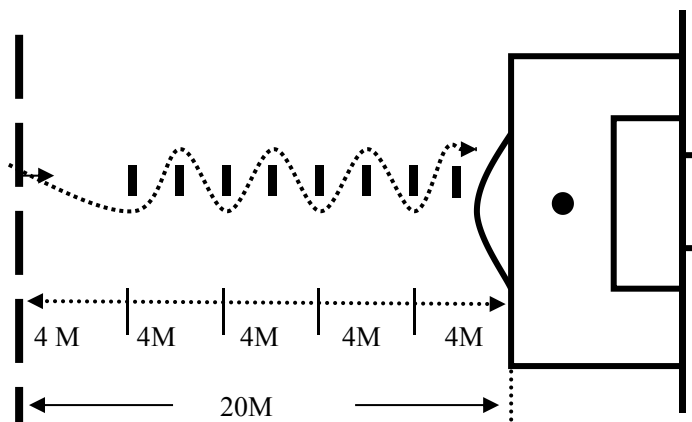


图7 足球“20米运球绕杆射门测试”图示

11. 足球“灵活性、协调性综合测试”说明，如图8。

方法：考生听信号从A点出发，快速跑至B点推倒B点的标志桶后，快速返回A点，经A点标志外围，快速跑至D点推倒D点标志桶后，快速返回A点，在区域外向ABCD区域内前滚翻（或单肩前滚翻）后快速冲过C终点，计时停止。两次机会，取最优成绩。测试中如没有推倒所规定的B、D点的标志桶；没有经A点外围跑动、跑动过程身体部位触线，没完成滚翻动作，视为犯规。二次测试犯规成绩以零分计算。

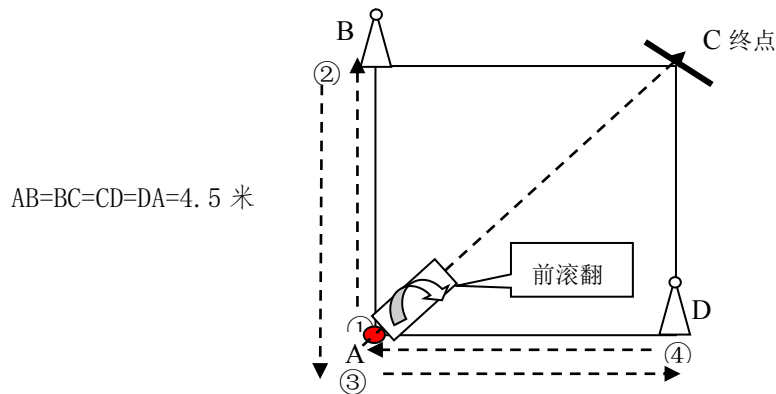


图8 “灵活性、协调性综合测试” 图示

12. 足球 “带球转身射门测试” 说明，如图 9。

方法：

第一次测试：考生从 AB 线出发，向 CD 线运球，脚触球即开始计时。球越过 CD 线后，将球运回 AB 线，之后再返回 CD 线，最后将球运过 AB 线，将球踩停，计时停止。考生需完成三个不同的转身动作（如内侧扣、外侧扣，拉球转身），左右脚不限。

第二次测试：从 AB 线出发，向 CD 线运球，脚触球即开始计时。球越过 CD 线后，将球运回 AB 线，之后再运回 CD 线，过 CD 线后返回，最后在 ABCD 区域内完成射门。球越过球门线计时停止。射进球门 F 区内（含击中外侧门柱）得 2 分，射进球门 E 区内（含 E 区门柱）得 1 分，射出球门不得分。“第一次测试”和“第二次测试”，两次成绩相加为一组成绩，射门分数另计入总分。

注：每人测试两组，取最好的一组成绩。如两组测试均犯规或失败，则该项测试成绩以零分计算。

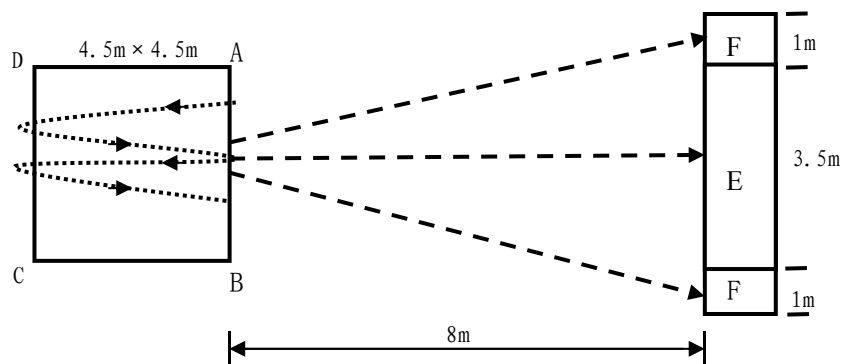


图9 “带球转身射门测试” 图示

13. 高中男、女排“半米字移动速度测试”说明，如图 10。

测试方法：

- ①在排球场的三米线至端线设六个点(如图所示)，按序号每个点一个来回，以完成六个点的时间计取成绩，计录十分之一秒，百分位非零进一，每人两次测试机会，取最好一次成绩；
- ②每个点摆放 1 个矿泉水瓶，用手将矿泉水瓶触倒；
- ③没触倒瓶子每个加 0.5 秒；
- ④没触碰瓶子每个加 1 秒。

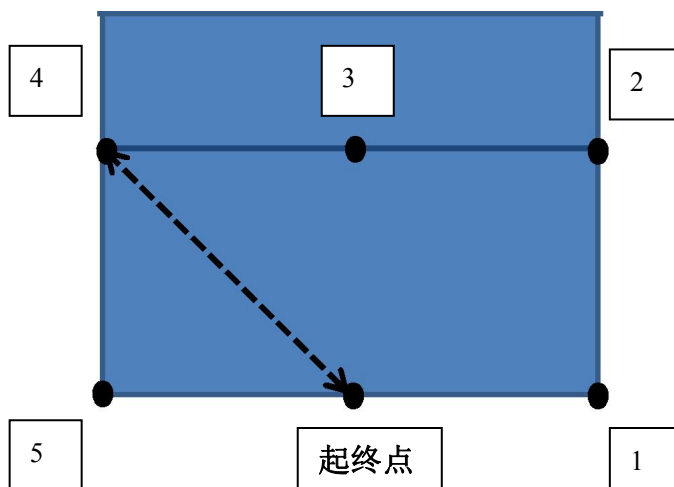


图 10 “半米字移动速度测试”示意图

14. 高中男、女排“上手发球测试”说明，如图 11。

测试方法：共发十个球，直线、斜线各 5 个，每次成功 2 分，球落界内在非指定区域得 1 分，发球失误为 0 分。网高男 2.43 米、女 2.24 米。

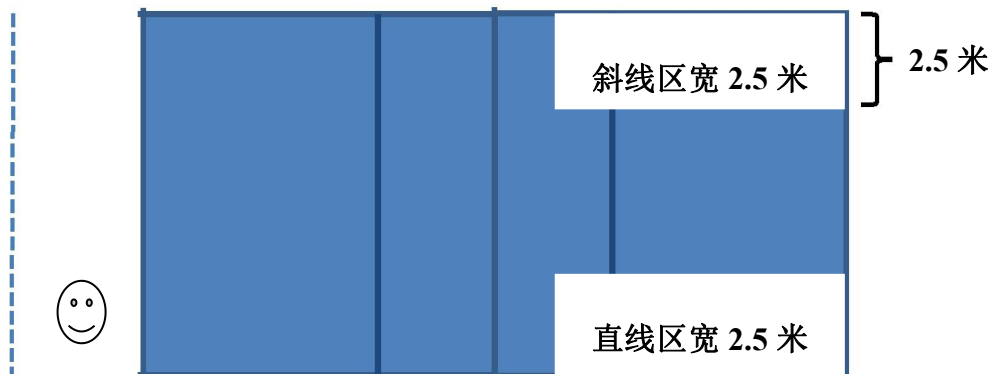


图 11 上手发球测试示意图

15. 高中男、女排“扣球测试”说明，如图12。

测试方法：四号位自抛自扣直线、斜线各5个，直线每个成功，男生得2.5分，女生得2分，斜线每个成功，男生得2.5分，女生得2分，球落界内在非指定区域得1分，扣球失误为0分。网高男2.43米、女2.24米。

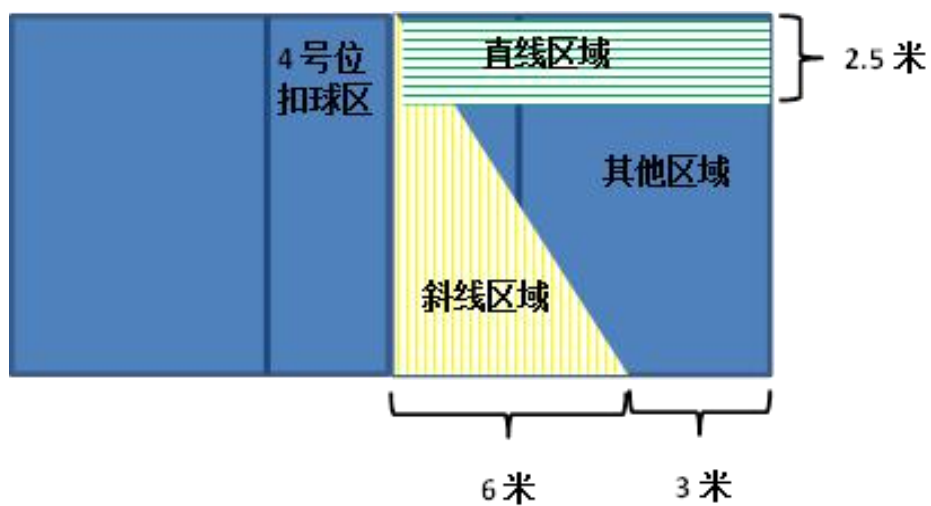


图12 扣球测试示意图