

附件 1

福建省初中毕业升学体育与健康考试身体素质与运动技能考试评分标准

(一) 抽考类

项目分值	排球 40 秒对墙壁垫球(男) 单位：次	排球 40 秒对墙壁垫球(女) 单位：次
100	33	30
98	32	29
96	31	28
94	30	27
92	29	26
90	28	25
88	27	24
86	26	23
84	25	22
82	24	21
80	23	20
78	22	19
76	21	18
74	20	17
72	19	16
70	18	15
68	17	14
66	16	13
64	15	12
62	14	11
60	13	10
50	11	8
40	9	6
30	7	4
20	5	2
10	3	1

(二) 抽选考类

男生				女生		
项目 分值	50 米跑 单位：秒	1分钟跳绳 单位：次	1分钟仰卧起 坐 单位：次	50 米跑 单位：秒	1分钟跳绳 单位：次	1分钟仰卧起 坐 单位：次
100	7"3	175	54	7"9	170	52
98		172	53		167	51
96	7"4	169	52	8"0	164	50
94		166	51		161	49
92		163	50		158	48
90	7"5	160	49	8"1	155	47
88		157	48	8"2	152	46
86	7"6	154	47	8"3	149	45
84		151	46	8"4	146	44
82		148	45	8"5	143	43
80	7"7	145	44	8"7	140	42
78	7"9	138	42	8"9	133	40
76	8"1	131	40	9"1	126	38
74	8"3	124	38	9"3	119	36
72	8"5	117	36	9"5	112	34
70	8"7	110	34	9"7	105	32
68	8"9	103	32	9"9	98	30
66	9"1	96	30	10"1	91	28
64	9"3	89	28	10"3	84	26
62	9"5	82	26	10"5	77	24
60	9"7	75	24	10"7	70	22
50	9"9	72	22	10"9	67	20
40	10"1	69	20	11"1	64	18
30	10"3	66	18	11"3	61	16
20	10"5	63	16	11"5	58	14
10	10"7	60	14	11"7	55	12

附件 2

厦门市 2023 年中招体育技能考试项目 测试细则

根据《福建省初中毕业升学体育考试项目测试细则》，结合我市实际，修订 2023 年中招体育考试项目测试细则。

考生凭准考证参加各项目的测试，进入测试区时应出示准考证，由检录裁判核实考生的身份和测试项目，完成检录，在考试测试系统中录入考生信息。考生完成每个项目的测试后，由裁判在考试设备上确认保存测试结果，打印成绩凭条，并在考生准考证的相应位置加盖“已考”印章。考生须在考点指定位置领取成绩凭条和准考证。四个技能测试项目全部完成后，考生应将成绩凭条交本报名点（学校）带队老师，方可离开考点。

一、1 分钟仰卧起坐

（一）场地器材

采用电子仪器计数。

（二）测试方法

测试时，考生仰卧于垫上，两腿稍分开，接着把两脚放入脚扣，屈膝呈 90 度角左右，两手指交叉贴于脑后。当听到仪器发出“开始测试”时，考生开始起坐。当两肘同时触及或超过双膝，仪器感应发出“滴”的声音；仰卧时，两肩胛必须触垫，仪器感应又发出“滴”的声音；前后两声完成一次起坐，仪器自动计数；一分钟时间到时，仪器发出终止信

号并自动计数。

（三）注意事项

测试时，考生双脚须放在垫上，不得借用肘部撑垫或臀部起落的力量完成起坐，否则判犯规，并扣除因犯规所得的次数。

2、两手交叉贴于脑后，不得松开或放手；如出现脱手，则判犯规，并扣除因犯规所得的次数。

3、考生起坐时，若出现两肘未触及双膝、或仰卧时两肩胛未触垫等，均判犯规，并扣除因犯规所得的次数。

二、50 米跑

（一）场地器材

1、采用电子仪器计时。

2、拥有 100 米直线跑道不少于 6 条，发令旗一面、口哨一个等。

（二）测试方法

1、进入测试区，考生由检录裁判读取考生信息、安排道次后在对应的道次后方依次排队等待考试。

2、考生至少两人一组测试，站立式起跑。当听到“各就位→预备→跑”的口令后沿对应道次开始起跑，至躯干部位到达终点线的垂直面即为结束。每人测试一次，以秒为单位记录测试成绩。

（三）注意事项

1、考生不得穿钉鞋、皮鞋、塑料凉鞋参加测试。

2、每组起跑时，如出现第一次起跑抢跑犯规，则立即召

回本组所有考生重跑,再次抢跑的考生则取消本次考试资格,可参加5月份统一组织的补考。

3、测试过程,如出现以下现象均属犯规:越道影响他人、未跑到终点线等,考生犯规可再补测一次。

三、1分钟跳绳

(一) 场地器材

采用电子仪器计数。

(二) 测试方法

1、考生经检录后进入跳绳测试准备区域,选择适合长度的跳绳,或使用自带的跳绳将绳体穿过测试手柄,将右手柄的防滑绳套套在右手处,做好准备。

2、裁判按测试手柄对应的编号顺序读取准备考试的考生信息,考生在裁判的引导下进入测试区,站立在与手柄上的标号对应的测试区,当听到“预备→开始”口令,考生开始跳绳。

3、考生须按正摇双脚跳绳的规范动作,每跳跃一次摇绳一回环(一周圈),仪器自动计数一次。

4、考生在考试过程中如有绊绳,设备将自动记录中断次数。

5、一分钟时间到,测试设备发出指令并自动停止跳绳的计数,考生的跳绳的手柄和电子屏幕同时自动显示成绩。

(三) 注意事项

1、参加跳绳考试的考生允许自带绳体,事先应将手柄去除,绳体均匀且直径为4-5毫米,花样跳绳及珠节绳除外,

绳体须经过裁判检查确认为考试规范用绳，方可使用。

2、测试时，考生不得反摇跳绳、不得一跳多摇、不得单脚跳绳等，否则将被判为犯规，当次成绩无效。

3、测试过程，如发生与其他考生绊绳的情况，裁判应组织相关考生重测一次。

4、测试过程，考生跳绳绊绳，当次不计数。

四、排球：对墙壁垫球

(一) 场地器材

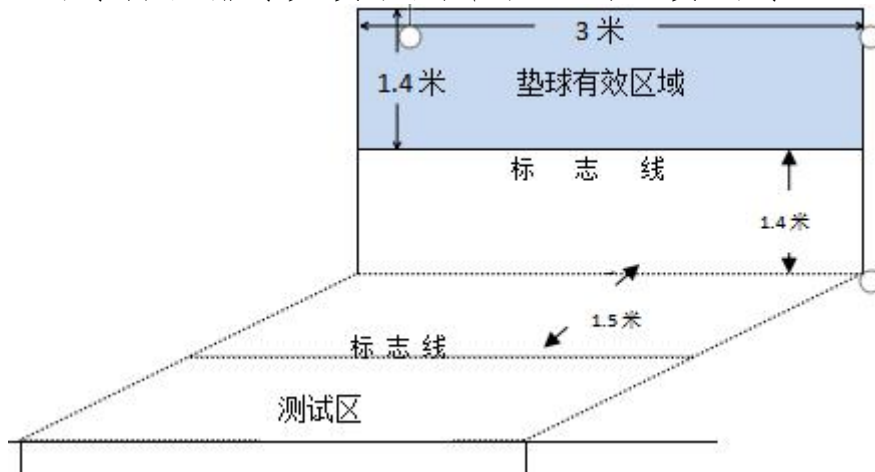
1、采用电子仪器计数

2、排球墙墙体必须符合建筑安全要求，材质为水泥砖混，墙面平整，高度不低于 2.8 米。至少有离墙 5 米以上的平整地面，材质不限。

3、每个墙体测试区左右宽度为 3 米(含两条 5 厘米标志线)，每个测试区之间的间隔应不少于 1 米，确保采取有效阻隔措施，防止考试过程中相互干扰。

4、在墙面距地面高度 1.40 米(含 5 厘米标志线)和 2.8 米(不含 5 厘米标志线)处各设一标志线；在地面距墙壁 1.50 米(含 5 厘米标志线)处设一标志线，如图示：

5、用球符合排球竞赛规则中规定的比赛用球。



（二）测试方法

1、考生站在地面标志线外，当听到考试开始的信号后自己将球向上抛起，用双手垫球技术连续对墙壁垫球。将球垫至墙面有效区域以内(如图所示)，方能计数，反之不予计数。在垫球过程中，球落地由考生自行捡球并继续对墙连续垫球，直至时间结束。测试时当场报出成绩并予以登记。

2、每人可测试两次，以最好成绩计算，时间为 40 秒。

（三）注意事项

1、测试开始时，将球向上抛起后用双手垫球的技术方法将球垫至墙壁为垫球 1 次；测试中需连续完成 2 次及以上垫球才能有效计数。

2、连续垫球过程中如出现上手传球、单臂击球、拳击球、掌击球、头顶球、脚踢球等过渡动作或出现“持球”、“连击”的违规动作不予计数。

3、测试过程双脚任意位置触及距墙体 1.5 米标志线及以内地面或球体触及有效区域以外的墙面，当次垫球不予计数。

4、考生有两次测试机会，若两次测试均无成绩者或测试过程发生其他场地来球干扰的情况，可再测一次。

