

鞍山市铁东区教育局文件

鞍东教发[2023]40号

关于印发《2023年铁东区少儿体校体育后备 人才招生工作实施方案》的通知

各中小学、幼儿园：

现将《2023年铁东区少儿体校体育后备人才招生工作实施方案》印发给你们，请各单位认真执行。

附件 1：铁东区少儿体校体育后备人才报名表

附件 2：铁东区少儿体育后备人才体育项目测试办法及评分标准（田径、篮球、足球、乒乓球、游泳项目）

鞍山市铁东区教育局

2023年6月29日



2023 年铁东区少儿体校体育后备人才 招生工作实施方案

为进一步巩固国家重点高水平体育后备人才基地建设，全面规范我区体育后备人才就近入学机制与管理，确保招生工作公开、公平、公正，更好地促进我区体育后备人才发展，特制定本方案，内容如下。

一、招生对象

1、具有铁东区户口（包括暂住户口）或铁东区中小学生学习籍的适龄儿童。

2、招收年级为小学一年级和初中七年级新入学学生。

二、报考条件

具有田径、篮球、乒乓球、游泳、足球五项特长之一的适龄儿童，思想品德端正，认真遵守学生守则和日常行为规范，遵守学校各项规章制度，努力学习文化知识。

三、招生计划

根据铁东区体育后备人才基地整体布局和招生学校特色发展需求，2023 年计划招生 65 人。

田径：23 人（二中 15 人、华育学校 8 人）

篮球：8 人（二中 8 人）

足球：14 人（二十六中 6 人、师院附中 5 人、大矿中学 3 人）

乒乓球：14 人（二十六中学 6 人、钢都小学 8 人）

游泳：6 人（风光小学 6 人）

四、报名要求

1、每个考生只能报考一个项目和一个基地学校。

2、报名时间：7 月 19 日-7 月 23 日。

3、报名地点：铁东区体校（铁东区第一幼儿园四楼，走东侧外楼梯）。

联系人：赵立恒

联系电话：15841287992

4、报名要求：需携带《铁东区少儿体校体育后备人才报名表》一式 2 份及参加相关竞赛活动获奖证书原件和复印件（各 1 份），另交近期免冠 1 寸彩色照片 2 张。

五、测试办法

1、测试时间、地点：

田径：2023 年 7 月 26 日上午 8:00 报到

鞍山市二中田径场

篮球：2023 年 7 月 26 日上午 10:00 报到

鞍山市第二中学体育馆

足球：2023 年 7 月 26 日下午 13:00 报到

鞍山市第二十六中学足球场

乒乓球：2023 年 7 月 26 日下午 15:00 报到

铁东区钢都小学体育馆

游泳：2023 年 7 月 27 日上午 9:30 报到

鞍山市体育运动学校游泳馆

2、测试要求：

（1）铁东区青少年体育后备人才的选拔测试工作由铁东区教育局统一组织，统一测试；学员参加考试前需自行进行体检，证明身体健康者才能凭健康证明参加考试。

（2）学员按要求提前 30 分钟报到并自行做好准备活动，测试将邀请区教育局相关科室监察人员、家长代表及部分人大代表、政协委员全程参与监督选拔测试工作，当场公布成绩，并由考生本人签字确认，确保测试工作公平、公正、公开。

3、测试办法及评分标准详见附件 2 各项目测试办法。

六、录取办法

1、根据铁东区体育后备人才基地招生计划，按照专项测试成绩排序，择优录取，额满为止；专项测试成绩不得低于 70 分；测试成绩和录取名单在铁东区政府网站公示。

2、被录取的学员必须按照《铁东区体校体育后备人才管理办法》要求，与基点学校签署《托管协议》，并积极参加基点校的训练和比赛，刻苦学习文化知识，遵守学校各项规章制度；

因个人原因，不能够按要求参加训练和比赛，或严重违反学校各项规章制度的学员，将不再享有体育后备人才待遇，退回原学区所在学校就读。

七、组织机构

为切实做好铁东区体育后备人才的招生工作，铁东区教育局成立铁东区体育后备人才选拔测试工作领导小组，成员如下。

组 长：谭富鑫 铁东区教育局党组书记、局长

区教育局工委书记

副组长：裴亚峰 铁东区教育局党组成员、副局长

成 员：贾锦文 铁东区教育局体卫艺办负责人

李 丹 铁东区青少年活动中心副书记兼副主任

刘国孝 铁东区体校负责人

祁雪秋 铁东区教育局中教办负责人

王丽媛 铁东区教育局小教办负责人

谢钰蓉 铁东区教育局学前办负责人

刘丽艳 鞍山市第二中学党组织书记

彭旭生 鞍山市第二十六中学党组织书记

王晓红 鞍山市华育学校党组织书记兼校长

刘 君 鞍山市大孤山矿中学党组织书记兼校长

张 威 鞍山师范学院附属中学党支部书记兼校长

吴岩岩 铁东区钢都小学党组织书记

滕海玲 铁东区风光小学党组织书记兼校长

监察组

组 长：张大治 铁东区教育局政策法规办负责人

成 员：高振伟 铁东区教育局政策法规办成员

张 帆 铁东区教育局政策法规办成员

及部分人大代表、政协委员、家长代表

监督举报电话：2699848

此实施方案最终解释权在铁东区教育局。

附件 1

铁东区少儿体校体育后备人才报名表

编号：

年 月 日

推荐学校		班级		出生年月		照片
姓名		性别		体重(KG)		
学籍号		民族		身高(CM)		
推荐教练		联系电话				
家庭地址				联系电话		
家庭成员	姓名	关系	工作单位		职务	电话
参加比赛名称		比赛时间	地点	项目		成绩
测试项目						
测试成绩						
得分						
报名学校			测试成绩		测试名次	
考核意见：			考核人签字：			

附件 2

2023 年铁东区少儿体校体育后备人才 体育项目测试办法及评分标准

一、足球

(一) 非守门员专项技术测试项目与分值

类别	非守门员专项技术				
测试指标	50 米往返跑	颠球	传接球	定位球踢准	20 米运球过杆射门
分值	10 分	20 分	20 分	25 分	25 分

1、50 米往返跑（10 分）

测试方法：受测者在起点位置采用站立式起跑，受测者须穿平底或胶钉鞋。每人测试两次，取最佳成绩。

表 1 50 米往返跑评分表

分值	成绩（秒）		分值	成绩（秒）	
	男	女		男	女
10	20	22	5	24.1	26.1
9.5	20.5	22.5	4.5	24.3	26.3
9	21	23	4	24.5	26.5
8.5	21.5	23.5	3.5	24.7	26.7
8	22	24	3	25.1	27.1
7.5	22.5	24.5	2.5	25.3	27.3
7	23	25	2	25.5	27.5
6.5	23.5	25.5	1.5	25.7	27.7
6	23.7	25.7	1	25.9	27.9
5.5	23.9	25.9	0.5	26.1	28.1

2、颠球（20 分）

测试方法：考生在直径 2 米的圆圈内，用脚背双脚交替连续颠球，主考者数记颠球个数。如果用身体其他部位颠球（除了脚之外）或者只用一只脚连续颠球仅作为调整，不计个数。球落地或任意一只脚出圆圈，则为一次颠球结束。每人测试两次，取最佳成绩。

表 2 男、女足球颠球评分标准

分值	成绩（个）	分值	成绩（个）
20	50	12	26
19.5	49	11.5	24
19	48	11	22
18	47	10.5	20
18.5	46	10	18
18	45	9.5	16
17.5	44	9	14
17	43	8.5	12
16.5	42	8	10
16	41	7	8
15.5	40	6	7
15	38	5	6
14.5	36	4	5
14	34	3	4
13.5	32	2	3
13	30	1	2
12.5	28		

3、传接球技术（20 分）

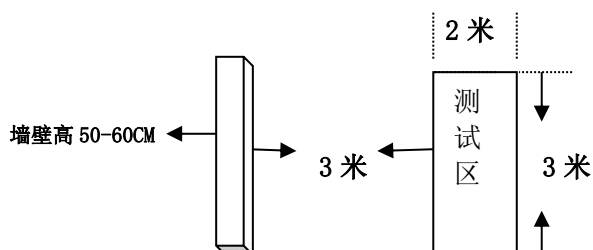
测试方法：考生用脚内侧在测试区内对墙传球，球反弹后停球再次将球传出或不停球直接将球传出，踢到有效区域内球往返一个来回记为一次，踢到无效区域内不计次数（球高出墙壁或踢到 3 米宽度以外的墙壁处），不许用手接反弹回来的球，

时间为 1 分钟。记录规定时间内的有效传球往返次数。每人测试两次，取最佳成绩。

考生（男、女）距离墙 3 米，墙壁高 50—60CM，球的有效反弹范围（宽度）3 米。考生传停球区域 3 米*2 米范围。备用球（5 个）放到测试区域后中间位置。

表 3 男、女生传接球技术评分标准

分值	成绩（次）	分值	成绩（次）
20	30	11	12
19.5	29	10	11
19	28	9	10
18.5	27	8	9
18	26	7	8
17.5	25	6	7
17	24	5	6
16.5	23	4	5
16	22	3	4
15.5	21	2	3
15	20	1	2
14.5	19	0	1
14	18		
13.5	17		
13	16		
12.5	15		
12	14		
11.5	13		



4、定位球踢准（25 分）

测试方法：以 0 为圆心，以 3 米、5 米、7 米为半径，划三个同心圆。圆心处插上一根标志杆，作为踢准的目标。男生以 25 米长为半径，女生以 18 米长为半径，从圆心向任何方向划一个 5 米长的弧为传球限制线（见图）。

考生将球放在限制线上，用任何一只脚向圆圈里传球。圆圈的划线属于圆圈区域，球落在圈里或圈上均为有效。每人连续踢 5 次，每次均计录成绩，5 次成绩之和为该项考试成绩的总分。

评分标准：该项成绩满分为 25 分，每踢中半径为 3 米圆圈者，得 5 分（包括落在圆圈线上），每踢中半径为 5 米圆圈者，得 3 分（包括落在圆圈线上），每踢中半径为 7 米圆圈者，得 1 分（包括落在圆圈线上），未踢中者不计成绩。

5、20 米运球过杆射门(25 分)

测试方法：从球门线中点垂直向场内延伸至 33 米处画一条 6 米长的横线为起始线，考生先将球放在起始线上，然后起动运球依次绕过 8 根标志杆（杆距 2 米，第一个杆距离起点线 4 米）后起脚射门，球动开表，当球从空中或地面越过球门线时停表。运球漏过一个杆、射门偏出球门或球中门框弹出或，计时成绩加 1 秒。漏过 2 个杆或两个以上、均属犯规，不计成绩。每人测试两次，取最佳成绩。

20 米运球过杆射门场地示意图

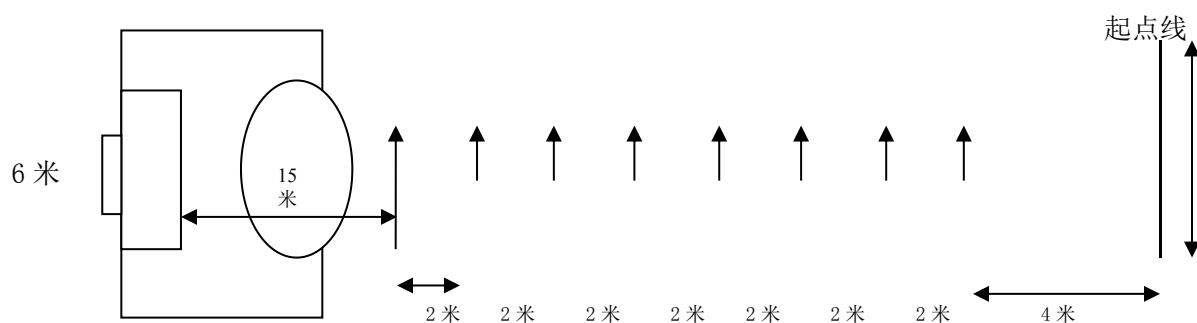


表 4 20 米运球过杆射门评分标准

分值	成绩（秒）		分值	成绩（秒）	
	男	女		男	女
25	9.5	11	12.5	12	13.5
24.5	9.6	11.1	12	12.1	13.6
24	9.7	11.2	11.5	12.2	13.7
23.5	9.8	11.3	11	12.3	13.8
23	9.9	11.4	10.5	12.4	13.9
22.5	10	11.5	10	12.5	14
22	10.1	11.6	9.5	12.6	14.1
21.5	10.2	11.7	9	12.7	14.2
21	10.3	11.8	8.5	12.8	14.3
20.5	10.4	11.9	8	12.9	14.4
20	10.5	12	7.5	13	14.5
19.5	10.6	12.1	7	13.1	14.6
19	10.7	12.2	6.5	13.2	14.7
18.5	10.8	12.3	6	13.3	14.8
18	10.9	12.4	5.5	13.4	14.9
17.5	11	12.5	5	13.5	15
17	11.1	12.6	4.5	13.6	15.1
16.5	11.2	12.7	4	13.7	15.2
16	11.3	12.8	3.5	13.8	15.3
15.5	11.4	12.9	3	13.9	15.4
15	11.5	13	2.5	14	15.5
14.5	11.6	13.1	2	14.1	15.6
14	11.7	13.2	1.5	14.2	15.7
13.5	11.8	13.3	1	14.3	15.8
13	11.9	13.4	0.5	14.4	15.9

(二) 守门员专项技术测试指标与分值

类别	守门员专项技术				
测试指标	颠球	立定三级跳	球门间 7 米移动	踢远	定位球踢准
分值	20 分	15 分	20 分	20 分	25 分

测试方法与评分标准

1、守门员测试颠球（20 分）和定位球踢准（25 分）

测试方法和标准同非守门员测试方法和标准

2、立定三级跳（15 分）

考试方法：考生原地双脚站立在起跳线后，起跳时不能触及或超越起跳线。第一跳双脚原地起跳，可以用任何一只脚落地；第二跳跨步跳，用着地脚起跳以另一只脚落地；第三跳双脚落地完成跳跃动作后，起身向前走出测试区。成绩测量时，从身体落地痕迹的最近点取直线量至起跳线内沿。考生可穿钉鞋，其他未尽事宜参照田径竞赛规则执行。每人测试 2 次，取最好成绩。

表 5 立定三级跳评分标准

分值	成绩（米）		分值	成绩（米）	
	男	女		男	女
15	6.5 以上	6.0 以上	7.5	5.5	5
14.25	6.4	5.9	6.75	5.4	4.9
13.5	6.3	5.8	6	5.3	4.8
12.75	6.2	5.7	5.25	5.2	4.7
12	6.1	5.6	4.5	5.1	4.6
11.25	6	5.5	3.75	5	4.5
10.5	5.9	5.4	3	4.9	4.4
9.75	5.8	5.3	2.25	4.8	4.3
9	5.7	5.2	1.5	4.7	4.2
8.25	5.6	5.1	0.75	4.6	4.1

3、踢远（20分）

测试方法：在球场适当位置画一条 30 米线段作为测试区横宽，从横线两端分别向场内垂直画两条 50 米以上平行直线作为测试区纵长，标出距离数（如图）。考生站在起点线后，用脚踢定位球，每次踢球的落点必须在测试区横宽以内，否则不计成绩。每人测试三次，取最佳成绩。

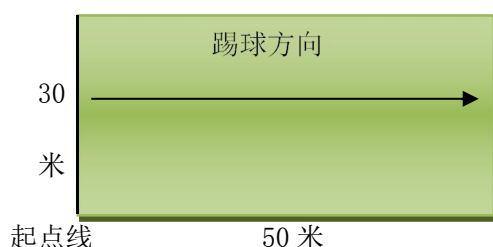


表 6 踢远评分标准

分值	男	女
	成绩（米）	成绩（米）
20	35 米以上	28 米以上
17.5	34.9 米—32 米	27.9 米—25 米
15	31.9 米—29 米	24.9 米—22 米
12.5	28.9 米—26 米	21.9 米—19 米
10	25.9 米—23 米	18.9 米—16 米
7.5	22.9 米—20 米	15.9 米—13 米
5	19.9 米—17 米	12.9 米—10 米
2.5	16.9—14 米	9.5 米—8 米

4、球门间 7 米移动（20分）

测试方法：起点为球门中心点，考生身体面向前方，向左或向右使用横向并步或横向交叉步移动折返摸门柱，完成 5 次

门柱触摸。从考生启动开始计时，到触摸最后一次门柱停表。
每人测试两次，取最佳成绩。

表 7 球门间 7 米移动评分标准

分值	男	女
	成绩（秒）	成绩（秒）
20	8.60	9.60
19	8.61--8.80	9.61--9.80
18	8.81--9.00	9.81--10.00
17	9.21--8.40	10.01--10.20
16	9.61--8.80	10.21--10.40
15	9.81--10.00	10.41--10.60
14	10.01--10.20	10.61--10.80
13	10.21--10.40	10.81--11.00
12	10.41--10.60	11.01--11.20
11	10.61--10.80	11.21--11.40
10	10.81--11.00	11.41--11.60
9	11.01--11.20	11.61--11.80
8	11.21--11.40	11.81--12.00
7	11.41--11.60	12.01--12.20
6	11.61--11.80	12.21--12.40
5	11.81--12.00	12.41--12.60
4	12.01--12.20	12.61--12.80
3	12.21--12.30	12.81--13.00
2	12.31--12.40	13.01--13.20
1	12.41--12.50	13.21--13.40

二、田径

（一）测试项目

小学男子组：100 米、200 米、400 米、800 米、100 栏、跳高、跳远、铅球(3kg)

小学女子组：100 米、200 米、400 米、800 米、100 栏、跳高、跳远、铅球（3kg）

（二）评分标准

分数	100 米（秒）		200 米（秒）		400 米（分）		800 米（分）	
	男	女	男	女	男	女	男	女
100	13	14	28.8	32.8	1.06	1.13	2.49	3.14
95	13.2	14.2	29.2	33.2	1.07	1.14	2.51	3.16
90	13.5	14.5	29.603	33.6	1.08	1.15	2.53	3.18
85	13.7	14.7	30	34	1.09	1.16	2.55	3.20.
80	14	15	30.4	34.4	1.1	1.17	2.57	3.22
75	14.2	15.2	30.8	34.8	1.11	1.18	2.59	3.24
70	14.5	15.5	31.2	35.2	1.12	1.19	3.01	3.26
65	14.7	15.7	31.6	35.6	1.13	1.2	3.03	3.28
60	15	16	32	36	1.14	1.21	3.05	3.30.
分数	100 米栏（秒）		跳高（米）		跳远（米）		铅球（米）	
	男	女	男	女	男	女	男	女
100	18	19	1.5	1.4	4.6	4.3	9.1	8.1
95	18.5	19.5	1.45	1.35	4.5	4.2	8.9	7.9
90	19	20	1.4	1.3	4.4	4.1	8.7	7.7
85	19.5	20.5	1.35	1.25	4.3	4	8.5	7.5
80	20	21	1.3	1.2	4.2	3.9	8.3	7.3
75	20.5	21.5	1.25	1.15	4.1	3.8	8.1	7.1
70	21	22	1.2	1.1	4	3.7	7.9	6.9
65	21.5	22.5	1.15	1.05	3.9	3.6	7.7	6.7
60	22	23	1.1	1	3.8	3.5	7.5	6.5

三、篮球

（一）测试项目

测试项目	限制区滑步	全场往返 运球上篮	一分钟自投 自抢投篮	5.8 米*3 往返 跑
------	-------	--------------	---------------	-----------------

测试用球：男子使用符合国家标准的 7 号球，女子使用符合国家标准的 6 号球

（二）测试内容及方法：

1、限制区滑步

测试方法：测试者站于篮球场端线篮下中点处，两脚开立成防守基本姿势准备，裁判员法令同时开表计时，测试者迅速沿端线向左横滑步至端线与罚球区边线交点处，上跨右脚变为前滑步，沿限制区线前滑步至罚球线，然后沿罚球线向右横滑步，移动到罚球线与限制区线交点处，然后撤右脚变为身体正对前场，左脚在前的后滑步，移动至端线与罚球区右边线交点处，撤左脚变为横滑步移动至起点（左脚踩到起点位置），接着沿原路返回，动作同上，方向相反，回到起点停止计时，记录所用时间。每人 2 次测试机会，取最好成绩。

要求：动作标准，滑步到位，步的抢滑。每人可测试 2 次，取其中最好成绩。

2、一分钟自投自抢投篮

测试方法：考生站在罚球线后，听到开始指令后进行投篮，投篮后自抢篮板球至三秒区外任意一点再次投篮。一分钟计时到，停表，记投中数。

要求：投篮时不得踏线或过线，不得抱球跑，否则投中无效。每人可测试 2 次，取其中最好成绩。

3、全场往返运球上篮

测试方法：考生持球站立端线后指定区域，听到口令开始运球，考生起动的同时开始计时，运球方向由考生自行决定。运球到对面篮下做行进间上篮，投中后接球往运球向另一侧篮下做行进间上篮，球不中，必须补投至投中为止（补篮可在任何位置以投篮方式进行）。往返一次，共上两次篮，最后一次投篮球落至球篮的水平线以下时停表。

要求：连续运球，不得携带球，不得远抛运球；必须投中篮后，才能继续运球，投不中要继续再投，直到投中；运球和投篮时，左右手不加限制，携带球一次加 0.5 秒。每人可测试两次，取其中最好成绩。

4、5.8m × 3 次折返跑

测试方法：考生在球场罚球线中点处站立，裁判员发令同时开表计时。考生听到裁判员口令起动加速跑，跑至球场同侧端线后急停并转身起动跑回原罚球线处为 1 次，以此方式用最快速跑 3 次考生在两边线折返时必须有脚踏到边线，否则算违例；最后一趟折回时到罚球线停表。起动时脚不许踩线，不许抢跑，每次折回时必须有脚踏到边线，如果未踩线，裁判员鸣笛即被罚下。每人可测试 2 次，取其中最好成绩。

(三) 评分标准

1、限制区滑步（25 分）

男子成绩（秒）	分值	女子成绩（秒）	分值
18.00	25.00	18.00	25.00
18.50	24.50	18.50	24.50
19.00	24.00	19.00	24.00
19.50	23.50	19.50	23.50
20.00	23.00	20.00	23.00
20.50	22.50	20.50	22.50
21.00	22.00	21.00	22.00
21.50	21.50	21.50	21.50
22.00	21.00	22.00	21.00
22.50	20.50	22.50	20.50
23.00	20.00	23.00	20.00
23.50	19.50	23.50	19.50
24.00	19.00	24.00	19.00
24.50	18.50	24.50	18.50
25.00	18.00	25.00	18.00
25.50	17.50	25.50	17.50
26.00	17.00	26.00	17.00
26.50	16.50	26.50	16.50
27.00	16.00	27.00	16.00
27.50	15.50	27.50	15.50
28.00	15.00	28.00	15.00
28.50	14.50	28.50	14.50
29.00	14.00	29.00	14.00
29.50	13.50	29.50	13.50
30.00	13.00	30.00	13.00
30.50	12.50	30.50	12.50
31.00	12.00	31.00	12.00
31.50	11.50	31.50	11.50
32.00	11.00	32.00	11.00
32.50	10.50	32.50	10.50
33.00	10.00	33.00	10.00
33.50	9.50	33.50	9.50
34.00	9.00	34.00	9.00
34.50	8.50	34.50	8.50
35.00	8.00	35.00	8.00
35.50	7.50	35.50	7.50
36.00	7.00	36.00	7.00
36.50	6.50	36.50	6.50
37.00	6.00	37.00	6.00
37.50	5.50	37.50	5.50
38.00	5.00	38.00	5.00
38.50	4.50	38.50	4.50
39.50	3.50	39.50	3.50
40.00	3.00	40.00	3.00
40.50	2.50	40.50	2.50
41.00	2.00	41.00	2.00
41.50	1.50	41.50	1.50
42.00	1.00	42.00	1.00

2、一分钟自投自抢投篮（25分）

男子成绩（个）	分值	女子成绩（个）	分值
12	25	10	25
11	23	9	23
10	21	8	21
9	19	7	19
8	17	6	17
7	15	5	15
6	13	4	13
5	11	3	11
4	10	2	9
3	9	1	7
2	8		
1	7		

3、全场往返运球上篮（25分）

男子成绩（秒）	分值	女子成绩（秒）	分值
≤14.00	25.00	≤15.00	25.00
14.50	24.75	15.50	24.75
15.00	24.50	16.00	24.50
15.50	24.25	16.50	24.25
16.00	24.00	17.00	24.00
16.50	23.75	17.50	23.75
17.00	23.50	18.00	23.50
17.50	23.25	18.50	23.25
18.00	23.00	19.00	23.00
18.50	22.75	19.50	22.75
19.00	22.50	20.00	22.50
19.50	22.25	20.50	22.25
20.00	22.00	21.00	22.00
20.50	21.75	21.50	21.75
21.00	21.50	22.00	21.50
21.50	21.25	22.50	21.25
22.00	21.00	23.00	21.00
22.50	20.75	23.50	20.75
23.00	20.50	24.00	20.50
23.50	20.25	24.50	20.25
24.00	20.00	25.00	20.00
24.50	19.75	25.50	19.75
25.00	19.50	26.00	19.50
25.50	19.25	26.50	19.25
26.00	19.00	27.00	19.00
26.50	18.75	27.50	18.75
27.00	18.50	28.00	18.50
27.50	18.25	28.50	18.25
28.00	18.00	29.00	18.00
28.50	17.75	29.50	17.75
29.00	17.50	30.00	17.50
29.50	17.25	30.50	17.25
30.00	17.00	31.00	17.00
30.50	16.75	31.50	16.75
31.00	16.50	32.00	16.50
31.50	16.25	32.50	16.25
32.00	16.00	33.00	16.00
32.50	15.75	33.50	15.75
33.00	15.50	34.00	15.50
33.50	15.25	34.50	15.25
34.00	15.00	35.00	15.00
34.50	14.75	35.50	14.75
35.00	14.50	36.00	14.50
35.50	14.25	36.50	14.25
36.00	14.00	37.00	14.00
36.50	13.75	37.50	13.75

全场往返运球上篮（25 分）			
男子成绩（秒）	分值	女子成绩（秒）	分值
37.00	13.50	38.00	13.50
37.50	13.25	38.50	13.25
38.00	13.00	39.00	13.00
38.50	12.75	39.50	12.75
39.00	12.50	40.00	12.50
39.50	12.25	40.50	12.25
40.00	12.00	41.00	12.00
40.50	11.75	41.50	11.75
41.00	11.50	42.00	11.50
41.50	11.25	42.50	11.25
42.00	11.00	43.00	11.00
42.50	10.75	43.50	10.75
43.00	10.50	44.00	10.50
43.50	10.25	44.50	10.25
44.00	10.00	45.00	10.00
44.50	9.75	45.50	9.75
45.00	9.50	46.00	9.50
45.50	9.25	46.50	9.25
46.00	9.00	47.00	9.00
46.50	8.75	47.50	8.75
47.00	8.50	48.00	8.50
47.50	8.25	48.50	8.25
48.00	8.00	49.00	8.00
48.50	7.75	49.50	7.75
49.00	7.50	50.00	7.50
49.50	7.25	50.50	7.25
50.00	7.00	51.00	7.00
50.50	6.75	51.50	6.75
51.00	6.50	52.00	6.50
51.50	6.25	52.50	6.25
52.00	6.00	53.00	6.00
52.50	5.75	53.50	5.75
53.00	5.50	54.00	5.50
53.50	5.25	54.50	5.25
54.00	5.00	55.00	5.00
54.50	4.75	55.50	4.75
55.00	4.50	56.00	4.50
55.50	4.25	56.50	4.25
56.00	4.00	57.00	4.00
56.50	3.75	57.50	3.75
57.00	3.50	58.00	3.50
57.50	3.25	58.50	3.25
58.00	3.00	59.00	3.00
58.50	2.75	59.50	2.75
59.00	2.50	60.00	2.50
59.50	2.25	60.50	2.25
60.00	2.00	61.00	2.00
60.50	1.75	61.50	1.75
61.00	1.50	62.00	1.50
61.50	1.25	62.50	1.25
62.00	1.00	63.00	1.00

4、5. 8m × 3 次折返跑（25 分）

男子成绩（秒）	分值	女子成绩（秒）	分值
11.00	25.00	12.00	25.00
11.50	24.50	12.50	24.50
12.00	24.00	13.00	24.00
12.50	23.50	13.50	23.50
13.00	23.00	14.00	23.00
13.50	22.50	14.50	22.50
14.00	22.00	15.00	22.00
14.50	21.50	15.50	21.50
15.00	21.00	16.00	21.00
15.50	20.50	16.50	20.50
16.00	20.00	17.00	20.00
16.50	19.50	17.50	19.50
17.00	19.00	18.00	19.00
17.50	18.50	18.50	18.50
18.00	18.00	19.00	18.00
18.50	17.50	19.50	17.50
19.00	17.00	20.00	17.00
19.50	16.50	20.50	16.50
20.00	16.00	21.00	16.00
20.50	15.50	21.50	15.50
21.00	15.00	22.00	15.00
21.50	14.50	22.50	14.50
22.00	14.00	23.00	14.00
22.50	13.50	23.50	13.50
23.00	13.00	24.00	13.00
23.50	12.50	24.50	12.50
24.00	12.00	25.00	12.00
24.50	11.50	25.50	11.50
25.00	11.00	26.00	11.00
25.50	10.50	26.50	10.50
26.00	10.00	27.00	10.00
26.50	9.50	27.50	9.50
27.00	9.00	28.00	9.00
27.50	8.50	28.50	8.50
28.00	8.00	29.00	8.00
28.50	7.50	29.50	7.50
29.00	7.00	30.00	7.00
29.50	6.50	30.50	6.50
30.00	6.00	31.00	6.00
30.50	5.50	31.50	5.50
31.00	5.00	32.00	5.00
31.50	4.50	32.50	4.50
32.00	4.00	33.00	4.00
32.50	3.50	33.50	3.50
33.00	3.00	34.00	3.00
33.50	2.50	34.50	2.50
34.00	2.00	35.00	2.00
34.50	1.50	35.50	1.50
35.00	1.00	36.00	1.00

四、游泳

（一）考试内容

25 米蛙泳、柔韧性测试和蹬边漂浮。

（二）动作解释

25 米蛙泳：蛙泳是竞技游泳姿式之一。人体俯卧水面，两臂在胸前对称直臂侧下屈划水，两腿对称屈伸蹬夹水，似青蛙游水。蛙泳较省力，易持久，实用价值大，同时，也是游泳基本功。

柔韧性测试：柔韧性是指人体关节活动以及关节韧带、肌腱、肌肉、皮肤和其他组织的弹性和伸展能力，即关节和关节系统的活动范围。

蹬边漂浮：游泳中的漂浮，就是一个人对水的掌握程度，对水的浮力与阻力的控制能力，和掌握在"水中"的呼吸熟练程度。水性也指水的性能、特点和水因含有某种成分而产生的性质。

（三）技评标准

按动作的规范流畅程度，可酌情扣 1-5 分或不扣分。

25 米蛙泳：考生每次游进时不能触摸泳线，如未达到标准的可酌情扣分。

柔韧性测试：关节骨结构，关节周围组织的体积，韧带、肌腱、肌肉和皮肤的伸展性，可酌情扣分。

蹬边漂浮：对水的浮力与阻力的控制能力，否则可酌情扣分。

（四）评分标准

（1）25 米蛙泳（35 分）

时间	1' 40	1' 45	1' 50	1' 55	2' 00	2' 05	2' 10	2' 15
分值	30	28	26	24	22	20	18	16

（2）柔韧性测试（30 分）

游泳基本动作摇肩、过肩、压腿、压踝关节、腰腹韧带。

（3）蹬边漂浮（35 分）

5	4.5	4	3.5	3	2.5	2	1.5
35	33	31	29	27	25	23	22

测试成绩达到 70 分为合格

五、乒乓球项目选拔测试办法

（一）基本功测试

基本功得分在 70 分以上方可参加名次赛。

1、正手攻球（30 分）：由教练喂球至正手位 30 球，连续进攻计命中率，每成功一次得 1 分。

2、反手推挡（30 分）：由教练喂球至反手位 30 球，连续进攻计命中率，每成功一次得 1 分。

3、左推右攻（40分）：由教练喂球至反手位推挡，再由教练员喂球至正手位攻球（20组），反复连续左推右攻计命中率，每击中一组得2分。

（二）名次赛

不分男女进行单打决出名次。

入围测试队员（不分男女）自行抽签确定比赛位置，两人一台，采取进行升降级比赛办法，决出名次。