

# 2024年郑州市第二高级中学 体育后备生招生专业测试工作方案

## 一、学校简介

郑州市第二高级中学（原郑州二中高中部）创建于1941年9月，是省级示范性高中、首批省普通高中多样化发展示范校、普通高中新课程新教材实施国家级示范校、全国群众体育先进单位、首批全国校园篮球、足球特色学校，河南省跆拳道、篮球、田径传统项目学校。近年来，学校以“开放”为统领，以“自主发展、健康成长”为办学理念，以“信息化、国际化、自主化”为发展战略，以“健康、博爱、有为”为育人目标，开拓进取、不断创新。



## 二、招生工作领导小组

组长：孟天义

副组长：谢悦

纪检监察组长：王晓丽

组员：曹群、尚涛、李伟、赵田力、王静

## 三、招生计划（项目、人数）

体育后备生招生计划共30人。男篮11人、女篮6人、跆拳道6人、田径男子4人、网球3人。



## 四、专业测试要求

### （一）测试时间

2024年5月19日上午9:00—11:30

### （二）测试地点

郑州市第二高级中学体育场，政通路97号。

### （三）测试内容

篮球、跆拳道、网球、田径专项技术和身体素质（详见第五项测试细则和评分标准）。

### （四）测试流程

8:30开始检录，检查有关证件和获奖证书；

9:00分项目进行专业测试；

11:30测试结束现场公布成绩，收取合格考生《体育后备生登记表》，考生签字。

### （五）测试要求

1. 测试考生需携带身份证，准时参加检录，9:00检录结束迟到考生禁止入场；

2. 来测试学生必须带从郑州市市区普通高中体育艺术后备生招生平台下载打印的《体育后备生登记表》并盖章，否则不允许参加测试。

3. 考生着装不得出现个人信息及明显标识；考生自备运动服、



钉鞋等装备，考生来考试需办理有意外伤害保险，家长等无关人员不得进入考场。

## 五、测试细则、评分标准

### (一) 郑州市第二高级中学篮球项目测试标准

#### 1. 考核指标与所占分值

类别	专项技术		实战能力	加分
考核指标	一分钟投篮	多种变向运球上篮	比赛	身高等级
分值	20分	20分	50分	10

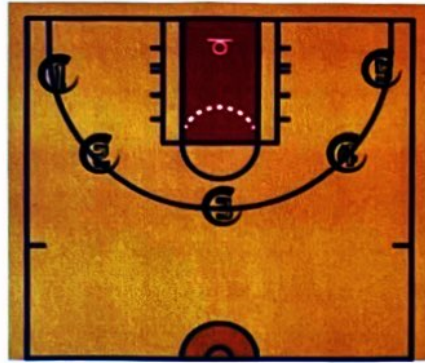
#### 2. 考试方法与评分标准

##### (1) 投篮

①考试方法：男子投篮距离：5米线外。女子投篮距离：4.50米。在篮球场设置5个投篮点（两侧0度角处，两侧45度处和正面弧顶）。每个点位5个球。考生从第一个点开始投篮，依次投完每个点位上的5个球。测试时间为1分钟。考生必须在规定的区域内投篮。

②评分标准：每投中一球，得一分。投中20球以上（含20球）满分。如图：





## (2) 多种变向运球上篮

①考试方法：考生在球场端线出发，右手运球至第一个标志桶做背后运球，至第二标志桶做转身运球，至第三个标志桶做变向运球后衔接上篮，球中篮后方可用左手运球返回左手运球至第三个标志桶做背后，至第二个标志桶转身运球，至第一个标志桶做变向运球后衔接上篮。球中后，持球冲过端线。停止计时。记录完成时间。考生在考试时不能违例，违例追加1秒。如图：

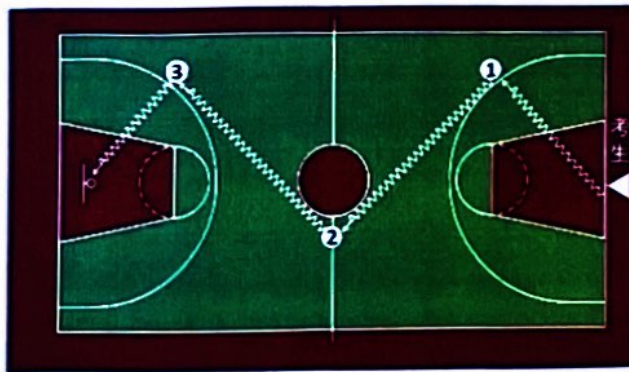


图 3-2 多种变向运球上篮示意图



②评分标准:

多种变向运球上篮					
外线队员(女)	分值	内线队员(女)	外线队员(男)	分值	内线队员(男)
18"	20	18"	16"	20	16
19" 30	19	20"	17"	19	17" 30
21"	18	21" 30	17" 30	18	18"
21" 30	17	22"	18"	17	19"
22"	16	23" 30	18" 30	16	19" 30
22" 30	15	24"	19"	15	20"
23"	14	24" 30	20"	14	21"
24"	13	25"	20" 30	13	21" 30
25	12	26"	21"	12	22"
26"	11	27"	22"	11	23"
27"	10	29"	24"	10	25"

(3) 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—43)	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(42.5—38)	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(37.5—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(30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。

(4) 加分

①身高达到 195CM (含) 以上的 (现场测量身高) 或能扣篮, 加 5 分;

②在初中阶段参加河南省或郑州市正式篮球比赛获得前



三名队员，加 5 分；

③在初中阶段获得国家二级运动员证的（现场审核材料），加 5 分；

④各项累计最高加 10 分。

## （二）跆拳道招生条件评分细则

### 1. 加分条件

取得省比赛前三名，全国比赛前八名的给予加分，赛事必须由正规机构主办，如教育厅、省体育局、省跆协、省学生跆协、中国学生跆协等，不承认商业比赛及俱乐部比赛成绩。河南省比赛前三名加 5 分，全国比赛前八名的加 10 分。

女生和男生分开测试，根据测试成绩择优录取 6 人。

### 2. 测试内容：

组合技术、实战、双飞、高位左右横踢、立定跳远

### 3. 测试方法：

（1）着装要求：考生须着整套白色跆拳道道服进行考试。

#### （2）组合技术 30 分

考生在跆拳道垫上过趟进行测试。以腿法动作的标准度，动作速度、变化能力、动作力度、协调、稳定性、意识感及连续效果等表现程度给予评分。



### (3) 实战 40 分

实战在跆拳道垫上进行。在实战中根据考生临场应变能力、技战术运用、动作变化能力、得分意识、击打效果、速度与力量等情况给予评分。

### (4) 20 秒高位左右横踢 10 分

20 秒高位左右横踢，在跆拳道垫上进行测试，原地左右腿连续踢高位脚靶，在 20 秒内完成有效次数多少给与评分。

### (5) 20 秒双飞 10 分

20 秒双飞击打脚靶，在跆拳道垫上进行测试，原地左右腿连续踢脚靶，在 20 秒内完成有效次数多少给与评分。

### (6) 立定跳远 10 分

立定跳远，在田径场进行测试，考生起跳时不得超过起跳线，每人 2 次机会，取最好有效成绩，按照成绩给评分。

### (7) 评分表

20 秒双飞 (10 分值)男 生	20 秒双飞 (10 分值)女 生	20 秒高位横踢 (10 分值)男 生	20 秒高位横踢 (10 分值)女 生	立定跳远 (10 分值)男 生	立定跳远 (10 分值)女 生
10 分 (71—75)	10 分 (56—60)	10 分 (43—45)	10 分 (32—35)	10 分—2.6m	10 分—2.05m
9 分 (66—70)	9 分 (51—55)	9 分 (40—42)	9 分 (29—31)	9 分—2.5m	9 分—2.0m
8 分 (61—65)	8 分 (46—50)	8 分 (37—39)	8 分 (26—28)	8 分—2.45m	8 分—1.95m
7 分 (56—60)	7 分 (41—45)	7 分 (34—36)	7 分 (23—25)	7 分—2.35m	7 分—1.9m
6 分 (51—55)	6 分 (36—40)	6 分 (31—33)	6 分 (20—22)	6 分—2.3m	6 分—1.85m
5 分 (46—50)	5 分 (31—35)	5 分 (28—30)	5 分 (17—19)	5 分—2.25m	5 分—1.8m



4分(41—45)	4分(26—30)	4分(25—27)	4分(14—16)	4分—2.2m	4分—1.75m
3分(36—40)	3分(21—25)	3分(22—24)	3分(11—13)	3分—2.15m	3分—1.7m
2分(31—35)	2分(17—20)	2分(19—21)	2分(9—10)	2分—2.1m	2分—1.65m
1分(27—30)	1分(13—16)	1分(16—18)	1分(7—8)	1分—2.0m	1分—1.6m

### (三) 网球评分细则

网球项目测试由专项技术(32分), 专业身体素质(30分), 实战比赛(38分), 总计100分。

		测试标准(男)					姓名:				
正拍击球(直线)	次数	5	4	3	2	1					
	得分	5	4	3	2	1					
正拍击球(斜线)	次数	5	4	3	2	1					
	得分	5	4	3	2	1					
反拍击球(直线)	次数	5	4	3	2	1					
	得分	5	4	3	2	1					
反拍击球(斜线)	次数	5	4	3	2	1					
	得分	5	4	3	2	1					
发球(一区外角)	次数	3	2	1							
	得分	3	2	1							
发球(一区内角)	次数	3	2	1							
	得分	3	2	1							
发球(二区外角)	次数	3	2	1							
	得分	3	2	1							
发球(二区内角)	次数	3	2	1							
	得分	3	2	1							
跳绳双摇	秒数	70	65	60	55	50	45	40	35	30	20
	得分	15	13.5	12	10.5	9	7.5	6	4.5	3	1.5
1000米	秒数	3'12	3'16	3'21	3'27	3'34	3'44	3'55	4'06	4'18	4'32
	得分	15	13.5	12	10.5	9	7.5	6	4.5	3	1.5





实战比赛	比赛名次			
	第一名	第二名	第三名	第四名
	38	28	18	8
总成绩				

测试标准 (女)		姓名:										
正拍击球 (直线)	次数	5	4	3	2	1						
	得分	5	4	3	2	1						
正拍击球 (斜线)	次数	5	4	3	2	1						
	得分	5	4	3	2	1						
反拍击球 (直线)	次数	5	4	3	2	1						
	得分	5	4	3	2	1						
反拍击球 (斜线)	次数	5	4	3	2	1						
	得分	5	4	3	2	1						
发球 (一区外角)	次数	3	2	1								
	得分	3	2	1								
发球 (一区内角)	次数	3	2	1								
	得分	3	2	1								
发球 (二区外角)	次数	3	2	1								
	得分	3	2	1								
发球 (二区内角)	次数	3	2	1								
	得分	3	2	1								
跳绳双摇	秒数	70	65	60	55	50	45	40	35	30	20	
	得分	15	13.5	12	10.5	9	7.5	6	4.5	3	1.5	
800米	秒数	2'30	2'38	2'43	2'49	2'56	3'06	3'17	3'28	3'40	3'54	
	得分	15	13.5	12	10.5	9	7.5	6	4.5	3	1.5	
实战比赛	比赛名次											



	第一名	第二名	第三名	第四名
	38	28	18	8
总成绩				

#### (四) 田径

测试考生从男子 100 米、400 米、三级跳远、标枪四个专项中选择一项参加测试，录取每项测试成绩第一名。

#### 六、录取原则

我校上报专业测试合格名单的比例为 1:1，专业合格，且中招总分不低于普通类最低录取控制线 65%。

#### 七、安全预案

1. 来测试学生需办理有意外伤害保险，着运动服装，服从考点工作人员管理；

2. 测试过程考点学校校医全程在岗，受伤严重者及时送郑州市第二人民医院治疗；

3. 整个测试过程工作人员需精心组织、提前检查场地设施，保障安全。

#### 八、学校地址、联系人、咨询电话、投诉电话

学校地址：郑州市二七区政通路 97 号。

联系人：曹老师 13938254478

赵老师：15937173003（篮球）



投诉电话：0371-68978228



郑州市第二高级中学(盖章)

2024年5月13日



CS 扫描全能王

3亿人都在用的扫描App