

铁岭市初中学业水平考试体育与健康 考试方案（试行）

为贯彻落实《中共中央 国务院深化新时代教育评价改革总体方案》（中发〔2020〕19号）、《中共中央办公厅 国务院办公厅关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》（中办发〔2020〕36号）等文件精神，推动我市中小学体育与健康工作，全面提高学生身体素质，提升中小学体育与健康教育教学质量，根据《辽宁省高中阶段学校考试招生制度改革实施方案（试行）》（辽教发〔2021〕49号），特制定本方案。

一、考试原则

（一）导向性原则

坚持“健康第一”教育理念，促进学生健康成长，发挥考试的导向作用，引导学生上好体育与健康课，积极参加课外体育锻炼及校内外竞赛活动，养成良好的锻炼习惯和健康的生活方式，掌握1-2项运动技能，培养学生终身体育意识和能力。

（二）科学性原则

坚持以《义务教育体育与健康标准（2011年版）》（简称《课程标准》）规定的内容和要求为依据，遵照《国家学生体质健康标准》，以提高学生体质和健康水平为根本目的，进行综合性考试。

（三）公平性原则

严格执行考试内容和标准，规范考试程序，面向全体学生，确保考试结果客观公正，促进学生全面发展。

二、考试内容与方式

铁岭市初中体育与健康学业水平考试内容包括体育课程学习评价、健康教育实际操作、基础体能考试和专项技能考试四部分，并赋予竞赛加分。采用过程性评价与终结性评价相结合的方式，以满分 60 分计入初中学业水平考试总分。具体考试项目和分值参见《铁岭市初中学业水平考试体育与健康学科考试项目分数对照表（试行）》（附件 1）。

（一）过程性评价（30 分）

内容包括体育课程学习评价和健康教育实际操作两部分，并赋予竞赛加分，分值为 30 分。其中：七年级满分 10 分，八年级满分 10 分，九年级满分 10 分。

过程性评价考核采取预约测试和定时测试两种方式。预约测试指学生在规定时间范围内结合自身身体状态，随时与考务人员预约进行的测试；定时测试是指学校在规定时间范围内统一开展的测试。每位考生有三次过程性评价考核机会，三次考核应在一个学期内完成，取三次考核中的最高分计入总成绩。

过程性评价由考生所在学校负责实施，教育行政部门组织抽查、审核。各初中学校要在每学年将每个学生的过程性评价成绩进行公示，保证评价的客观性和公正性，主动接受学生、家长和社会的监督。

1. 体育课程学习评价（24 分）

考试内容依据《课程标准》确定，每学期对学生的基础体

能、专项运动技能以及出勤和学习表现等进行综合评价。七、八年级上、下学期共计 16 分，分别对学生日常体育课出勤率（0.5 分）和上课参与度（0.5 分）、运动技能（足球、篮球、排球选项三选一记 1.5 分，其它单项三选一记 1.5 分，共 3 分）等进行量化赋分。九年级上学期计 8 分，对学生日常体育课出勤率（1 分）和上课参与度（1 分）、运动技能（足球、篮球、排球选项三选一记 4 分，其他单项三选二各记 1 分，共 6 分）等进行量化赋分。考核成绩由学校按优秀、良好、及格和不及格 4 个等级予以相应分数折算（折算标准见表 1，各学期运动技能考核内容见表 2）。

七、八年级学生在体育课程学习评价考核中，每学期可从指定的 6 项考核项目中选择 2 项，其中足球、篮球、排球必选 1 项（只限 1 项）。九年级学生上学期可从指定的 6 项中选择 3 项，其中足球、篮球、排球必选 1 项（只限 1 项）。

表 1 等级成绩折算标准

七、八年级学生 体育课程学习评价成绩	等 级	折算成绩
85 分及以上	优秀	3.0 分
72——84 分	良好	2.7 分
60——71 分	及格	2.4 分
59 分及以下	不及格	2.1 分
九年级学生 体育课程学习评价成绩	等 级	折算成绩
85 分及以上	优秀	6.0 分
72——84 分	良好	5.4 分
60——71 分	及格	4.8 分
59 分及以下	不及格	4.2 分

表 2 各学期运动技能考核内容

(具体课程学习评价标准见附件 1)

	七年级	八年级	九年级
上学期	1. 技巧：肩肘倒立—前滚成蹲立 2. 武术：健身长拳 3. 跳跃：蹲踞式跳远 4. 足球：颠球 5. 篮球：原地定点双手胸前传球 6. 排球：正面双手垫球	1. 跳跃：跨越式跳高 2. 乒乓球：正手攻球 3. 踢毽：盘踢 4. 足球：传接球 5. 篮球：单手肩上传球 6. 排球：正面下手发球	1. 投掷：原地背向双手抛实心球 2. 花样跳绳：双摇跳 3. 快速跑：50 米 4. 足球：运球绕杆射门 5. 篮球：运球绕标志物 6. 排球：自传隔网向前垫球
下学期	1. 支撑跳跃：横箱分腿腾跃 2. 乒乓球：反手推挡球 3. 投掷：双手头上传球 4. 足球：脚内侧运球 5. 篮球：14 米距离直线绕杆 2 次往返运球 6. 排球：正面双手上手传球	1. 投掷：侧向滑步推实心球 2. 单杠：支撑后摆转体 90 度挺身下 3. 武术：健身南拳 4. 足球：射门 5. 篮球：行进间单手低手投篮 6. 排球：行进间正面双手连续传垫球	

2. 健康教育实际操作（6 分）

初中学段健康教育实际操作考核总分为 6 分，七、八、九年级各 2 分，每一项实际操作满分为 1 分。

健康教育实际操作考核内容依据《学校健康教育评价方案》要求、教育部颁布的《中小学健康教育指导纲要》、《体育与健康》、《人与自我》教材及应对常态化疫情防控学生应掌握的日常防疫知识等确定如下：①七年级考核内容：正确摘戴一次性医用外科口罩的方法、体温的测量、中暑的处理、眼保健操。②八年级考核内容：七步洗手法、脉搏的测量、运动中常见损伤的紧急处理、眼保健操。③九年级

考核内容：简便止血方法、血压的测量、心肺复苏术、眼保健操。

考生可以从所在年级考核内容中任选两项进行考核，其中，眼保健操、心肺复苏术两项为必考项，三年内必须完成一次考核且不可重复选择。考核成绩由学校予以相应分数折算。

健康教育实际操作考核等级标准及折合得分参见表 3-1、表 3-2、表 3-3、表 3-4。

表 3-1 七年级健康教育实际操作考核等级标准

项目 分值	正确摘戴一次性 医用外科口罩	体温的测量	中暑的处理	眼保健操
优秀	动作规范，准确无误	动作规范，读数准确	中暑判断准确，应急处理正确	各节动作标准，穴位准确
良好	摘或戴动作有一项不规范	动作规范，读数错误	中暑判断准确，应急处理不规范	有一节动作不标准或穴位不准确
及格	摘或戴动作均不规范	动作不规范，读数准确	中暑判断准确，应急处理错误	有二节动作不标准或穴位不准确

不及格	摘戴口罩不规范，步骤及动作错误	动作错误，体温未测出来	中暑判断错误，应急处理错误	有三节及以上动作不标准或穴位不准确
-----	-----------------	-------------	---------------	-------------------

表 3-2 八年级健康教育实际操作考核等级标准

项目 分值	正确洗手	脉搏测量	运动损伤处理	眼保健操
优秀	步骤准确，动作规范	动作规范，规定时间内完成操作	损伤判断准确，应急处理正确	各节动作标准，穴位准确
良好	步骤准确，动作基本正确	动作基本规范，规定时间内完成操作	判断准确，应急处理基本正确	有一节动作不标准或穴位不准确
及格	步骤基本准确，动作不规范	动作基本规范，规定时间内不是一次完成测量	判断基本准确，应急处理基本正确	有二节动作不标准或穴位不准确
不及格	步骤不准确，动作不规范	动作不规范，规定时间内未测出来	判断错误，应急处理错误	有三节及以上动作不标准或穴位不准确

表 3-3 九年级健康教育实际操作考核等级标准

项目 分值	简便止血方法	血压测量	心肺复苏	眼保健操
优秀	方法正确，动作规范	步骤准确，动作规范	动作规范，步骤正确，规定时间内完成操作	各节动作标准，穴位准确
良好	方法正确，动作基本正确	步骤准确，动作基本规范	动作基本规范，步骤正确，超过限定时间	有一节动作不标准或穴位不准确
及格	方法基本正确，动作基本正确	步骤基本准确，动作不规范	动作不规范，步骤正确	有二节动作不标准或穴位不准确
不及格	方法错误，动作不规范	测量部位不正确，规定时间内未测出来	动作不规范，步骤错误	有三节及以上动作不标准或穴位不准确

表 3-4 健康教育实际操作考核折合得分

等级	优秀		良好	及格		不及格
考核成绩	96 分及以上	90~95 分	80~89 分	70~79 分	60~69 分	59 分及以下
折合得分	1.0 分	0.9 分	0.8 分	0.7 分	0.6 分	0.6 分起评

3. 竞赛加分

竞赛加分为附加分值，体现在过程性评价中。各初中学校、各县（市）区教育行政部门需按照《辽宁省学生体育竞赛管理规定（试行）》的要求设置竞赛项目并报上级教育行政部门备案。学生参加国家、省、市、县、校五级体育竞赛取得优异成绩均可累计记入当年个人过程性评价得分，竞赛加分仅限获得成绩当年使用，不可跨学年使用。如当年个人过程性评价得分已为满分，竞赛成绩不再累计加分。过程性评价分数（包含竞赛加分）最高分为 10 分。各地各校需按照《铁岭市初中学生体育竞赛成绩加分管理办法（暂行）》（附件 2）要求统一赋分，各级竞赛需留存秩序册、成绩册等竞赛材料备查。

校级竞赛加分项目主要指各初中学校以学校为单位举办的，由全体学生参加的各类综合性或单项体育竞赛项目，校级竞赛加分每学年最高不超过 2 分。

（二）终结性评价（30 分）

终结性评价考试内容指统一体育考试，包括基础体能考试和专项技能考试，分值为 30 分。其中，基础体能考试分值为 20 分，包括必测项目（10 分）和选测项目（每项 5 分，共 2 项计 10 分）；专项技能考试分值为 10 分。

终结性评价考试采取集中测试的方式进行，在九年级下学期进行，由本级教育行政部门统一组织实施，要求每位考生必须在当天连续完成测试。设立符合考试场地、器材等标准要求的若干考点，要求测试人员采取回避制。缓考间隔一周或两周进行。

1. 基础体能考试（20 分，具体考试规则见附件 3）

（1）男生项目（3 项）

必测项目：1000 米跑

选测项目（5 选 2）：1 分钟跳绳、50 米跑、引体向上、立定跳远、双手正面头上投掷实心球，考生从五个项目中任选两项。

注：考试标准参见“辽宁省初中学业水平考试体育与健康基础体能考试评分标准”（附件 4）。

（2）女生项目（3 项）

必测项目：800 米跑

选测项目（5 选 2）：1 分钟跳绳、50 米跑、1 分钟仰卧起坐、立定跳远、双手正面头上投掷实心球，考生从五个项目中任选两项。

考试标准：按照《辽宁省初中学业水平考试体育与健康基础体能考试评分标准》（附件4）执行

2. 专项技能考试（10分，具体考试规则见附件4-2）

选测项目（3选1）：足球运球、篮球运球、排球垫球，考生从三个项目中任选一项。

三、考试对象

铁岭市范围内2021年及之后入学的全体初中学生。

四、成绩认定

（一）体育与健康考试总分60分。其中过程性评价30分：七年级满分10分、八年级满分10分、九年级满分10分，学生的年级成绩=上学期成绩+下学期成绩+本年级竞赛加分；超过年级满分的，按年级满分记入；未超过年级满分的，按实际得分记入。终结性评价30分：基础体能考试20分、专项技能考试10分。

（二）基础体能和专项技能考试规则评分标准按照《铁岭市初中学业水平考试体育与健康考试规则》（附件3）和《铁岭市初中学业水平考试体育与健康考试评分标准》（附件4）执行。

五、考试要求

（一）学生参加体育考试前，学校需提前告知学生和家长，实事求是申报学生自身健康状况，确因伤病残不能参加考试的考生，按照《铁岭市初中学业水平考试体育与健康学科特殊类考生成绩认定办法（试行）》（附件5）的处理办法和规定执行。

（二）为确保初中生体育与健康学业水平考试工作安全顺

利进行，各考点和各学校必须对参加考试的全体考生进行考前组织纪律、交通规则、运动卫生常识和安全方面的教育，把工作深入到学生家庭。明确学校带队教师和班主任的职责，全面了解学生身体状况，查清不能参加体育考试的学生，严格执行《铁岭市初中学业水平考试体育与健康学科特殊类考生成绩认定办法（试行）》（附件5）的规定。

（三）各县（市）区教育局将考试方案及考试时间上报市教育局，市教育局将派出监察小组到考点对过程性评价和终结性评价进行抽查和监督。

（四）为确保考试公平、公正、公开，各县（市）区教育局应认真组织监考人员培训学习，严格按照“教考分离”的原则组织考试工作，要专门设立初中学业水平体育与健康学科考试咨询和监督举报电话。

（五）严格考试纪律。严禁考试弄虚作假，作弊的学生该测试项目考试成绩记“零”分。对参与作弊的学校领导及教师按考试作弊有关规定进行处罚。

（六）原则上各年级学生不允许跨年级报考。

（七）考试场地器材要求：各年级考试要有适合的场地和充足的器材；九年级统一体育考试应为封闭考场，具有标准400米环形跑道的田径场，需同时满足各类项目测试要求。有条件的地区，各项目考试使用电子器材。器材必须是经国家认可、监督管理委员会批准、相关认证机构认证合格的产品。要

求测试人员采取回避制，教育行政部门考前必须对场地器材的安全性和准确性进行检验，考试过程要进行摄像保存。

（八）各县（市）区要做好体育考试的经费保障。

（九）考生在考试过程中发生意外伤亡事故属校方责任险保障范围的，由保险公司按照合同约定进行赔偿。

六、组织保障

（一）加强组织领导。各县（市）区教育行政部门、市直各初中学校要高度重视体育与健康考试工作，加强考试的组织管理，在保证考试公平的前提下，不断优化考试方式、改进考试场地条件、配齐配好体育考试器材、强化监考人员队伍，保障学生的考试环境与安全。

（二）规范教学行为。各县（市）区教育局必须加强初中学校的体育与健康教育管理，规范教学行为，开齐开足体育与健康课程，配齐配强体育与健康专任教师。对因学校或教师随意挤占挪用课时造成开课率不足，一经查实，要追究学校主要领导、分管领导及相关责任人责任。

（三）强化宣传培训。各县（市）区教育行政部门、市直各初中要认真做好体育与健康学科考试的宣传及说明工作，引导学校、家长和社会转变教育观、人才观和评价观，克服“应试”倾向；改进体育与健康课堂教学方法与评价方式，遵循“教会、勤练、常赛”的体育教学基本要求，坚持理论与实践相结合，课堂与竞赛相结合，促进每个学生体育与健康素养的

全面提升。社会各界应从大教育、全方位的视野出发，整合各方力量，努力营造有利于体育教育发展的良好环境。

本方案未尽事宜，各县（市）区教育局可根据需要补充方案制定。方案试行过程中，将根据国家有关文件要求及我市体育教育工作实际进行适时调整。

附件：

1. 《铁岭市初中学业水平考试体育与健康学科考试项目分数对照表（试行）》
2. 《铁岭市初中学生体育竞赛成绩加分管理办法（暂行）》
3. 《辽宁省初中学业水平考试体育与健康考试规则》
4. 《辽宁省初中学业水平考试体育与健康考试评分标准》
5. 《铁岭市初中学业水平考试体育与健康学科特殊类考生成绩认定办法（试行）》

铁岭市教育局

2021年12月22日

附件 1

铁岭市初中学业水平考试体育与健康学科 考试项目分数对照表（试行）

1.0 铁岭市初中学业水平考试体育与健康学科考试项目分数对照表

年 级		项 目		分 数
七 年 级	过程性 评价	体育课程学习评价		8
		健康教育实际操作		2
		竞赛加分		本年级累计竞赛得分
八 年 级	过程性 评价	体育课程学习评价		8
		健康教育实际操作		2
		竞赛加分		本年级累计竞赛得分
九 年 级	过程性 评价	体育课程学习评价		8
		健康教育实际操作		2
		竞赛加分		本年级累计竞赛得分
九 年 级	终结性 评价	基础体能考试	必测项目（10分）： 1000米跑（男）/800 米跑（女）	20
			选测项目（5选2， 每项5分）	
			专项技能测试项目 3选1	10
总 计				60

注：统一体育考试为终结性评价考试；体育素质综合评价和健康教育实际操作为过程性评价考核

1.1 七年级体育课程学习评价标准（上学期）

1. 技巧：肩肘倒立——前滚成蹲立

内容	等级	考核标准	折算成绩
技巧： 肩肘倒立 --前滚翻	优秀（85分及以上）	举手示意后进行身体后倒同时收腹举腿，髌挺开，屈肘虎口顶住背，动作停止于肩肘倒立位置3秒，两腿向上伸直。接向前滚动，头后部、肩、背、臀部依次着垫成蹲立，较好完成整套动作。	1.5分
	良好（72—84）	身体后倒同时收腹举腿，挺髌，屈肘虎口顶住背，动作停止时腿不稳但能立直。接向前滚动，头后部、肩、背、臀部依次着垫成蹲立，能够完成整套动作。	1.3分
	及格（60—71）	身体后倒同时收腹举腿，挺髌，屈肘虎口顶住背，动作停止时有腿向上伸的动作但立不直。接向前滚动动作连接不流畅，基本完成整套动作。	1.2分
	不及格（59分以下）	身体后倒同时收腹举腿，屈髌，动作停止时不能完成整套动作。	1.1分

2. 武术：健身长拳

内容	等级	考核标准	折算成绩
武术： 健身长拳	优秀（85分及以上）	动作舒展大方、快速有力、动迅静定、节奏鲜明、劲力顺达、力点准确、路线清晰、有攻防意识。连贯完成整套动作。	1.5分
	良好（72--84）	动作较舒展、快速有力、节奏比较鲜明、劲力较顺达、力点基本准确、路线清晰、攻防意识一般。能够完成整套动作。	1.3分
	及格（60--71）	动作不过舒展、节奏一般、劲力不足、力点不够准确、路线不够清晰、无攻防意识。基本完成整套动作。	1.2分
	不及格（59分以下）	错误动作较多，不连贯、不协调、不能独立完成整套动作。	1.1分

3. 跳跃：蹲踞式跳远

考核项目	等级	考核标准			评价标准	折算成绩
		得分	男（标准）m	女（标准）m		
跳跃： 蹲踞式跳远	优秀 (85分及以上)	96--100	3.85	3.55	完成动作质量好，姿势正确，踏跳部位准确，动作轻松自然。	1.5分
		91--95	3.60	3.37		
		85--90	3.38	3.07		
	良好 (72--84)	81--84	3.37	3.06	完成动作质量较好，姿势较正确，踏跳较准确，动作较协调。	1.3分
		77--80	3.30	2.90		
		72--76	3.26	2.78		
	及格 (60--71)	69--71	3.25	2.77	能完成动作，姿势基本正确，动作不够协调。	1.2分
		65--68	3.16	2.69		
		60--64	3.10	2.56		
	不及格 (59分以下)	55--59	3.09	2.55	不能完成动作，姿势不正确，动作不协调，踏跳部位不准确。	1.1分
		50--54	3.00	2.46		
		45--49	2.80	2.36		

4. 足球：颠球

内容	等级	考核标准			评价标准	折算成绩
		得分	男生（个）	女生（个）		
<p>足球：颠球</p> <p>测试方法： 考生可用脚、大腿、胸、肩和头等身体合理部位随意连续颠球。起球可以用脚或手，颠球开始后如果球落地或用手触球，则颠球结束。 每人测试 2 次，取最佳成绩。</p>	优秀 (85 分及以上)	96--100	28	22	击球时用力均匀，颠球动作规范、协调，使球始终控制在身体周围，力度恰到好处。	1.5 分
		91--95	23	19		
		85--90	20	15		
	良好 (72--84)	81--84	19	14	击球时用力较均匀，颠球动作相对协调，力度控制较好，使球始终控制在身体周围。	1.3 分
		77--80	16	12		
		72--76	13	10		
	及格 (60--71)	69--71	12	9	击球时用力较均匀，基本掌握颠球动作，使球始终控制在身体周围。	1.2 分
		65--68	10	7		
		60--64	8	5		
	不及格 (59 分以下)	55--59	7	4	击球时用力不均匀，使球不能控制在身体周围。	1.1 分
		50--54	6	3		
		45--49	5	2		

5. 篮球：原地定点双手胸前传球

内容	等级	考核标准			评价标准	核算成绩
		得分	男生（个）	女生（个）		
<p>篮球：双手胸前传球</p> <p>测试方法：考生双脚位于传球区域内双手胸前持球做好准备，听到测试指令开始向传球圈传球（传球圈距传球区 2.5 米），然后自行从球架上取出备用球继续第 2 次传球，依次循环，直至 30 秒计时结束。测试指令下达开始计时，30 秒计时结束，以穿过传球圈的有效次数计算成绩。（时间到最后一传若球已经出手，穿过传球圈有效）。考生双脚均在传球区域内，采用双手胸前传球方式传球。传球时若脚触及传球区域线，传球无效。每人测试 2 次，取最佳成绩。</p>	优秀 (85 分及以上)	得分	男生（个）	女生（个）	熟练掌握传球时后脚蹬地，在身体重心前移的同时，前臂迅速前伸，用翻腕和手指拨球的力量将球传出。动作协调有力。	1.5 分
		96--100	26	23		
		91--95	22	18		
		85--90	18	15		
	良好 (72--84)	得分	男生（个）	女生（个）	较好掌握传球时后脚蹬地，在身体重心前移的同时，前臂前伸，较好的运用翻腕和手指拨球的力量将球传出。动作较协调。	1.3 分
		81--84	17	14		
		77--80	13	11		
		72--76	10	9		
	及格 (60--71)	得分	男生（个）	女生（个）	基本掌握传球时后脚蹬地，在身体重心前移的同时，前臂前伸，能够运用翻腕和手指拨球的力量将球传出。动作较协调。	1.2 分
		69--71	9	8		
		65--68	7	6		
		60--64	5	5		
	不及格 (59 分以下)	得分	男生（个）	女生（个）	不能很好的掌握传球时后脚蹬地，不能运用翻腕和手指拨球的力量将球传出。动作不协调。	1.1 分
		55--59	4	4		
		50--54	3	3		
		45--49	2	2		

场地器材：立式传球圈（圆心距离地面高度为 120 厘米，传球圈内直径为 60 厘米），标准 6 号篮球，秒表或计时钟。

6. 正面双手垫球

内容	等级	考核标准			评价标准	核算成绩
		得分	男生（个）	女生（个）		
<p>排球：正面双手垫球</p> <p>测试方法： 考生听到监考员鸣哨后，开始在规定测试区域内进行正面双手连续垫球，球落地或移动出规定测试区域视为测试结束。正面双手垫球时，球只能在手上短暂停留，不能持球；垫球高度须超过头顶。垫球时动作必须符合技术要求。</p>	优秀 (85分及以上)	96--100	33	32	正面双手垫球能够较好降低重心，两臂前伸插至球下，使两前臂的垫击面对准来球，并能较好调整手臂的角度。两手掌根紧靠，手臂夹紧，手腕下压稳定的击球面去迎击球，垫球动作熟练、协调。	1.5分
		91--95	29	29		
		85--90	25	24		
	良好 (72--84)	81--84	24	23	正面双手垫球能够降低重心，两臂前伸插至球下对准来球，并能较好调整手臂的角度。两手掌根紧靠，手臂夹紧，手腕下压稳定的击球面去迎击球。垫球动作较协调。	1.3分
		77--80	21	20		
		72--76	19	18		
	及格 (60--71)	69--71	18	17	正面双手垫球能够降低重心，两臂前伸插至球下对准来球，能调整手臂的角度。两手掌根紧靠，手腕下压稳定的击球面去迎击球。	1.2分
		65--68	15	13		
		60--64	11	10		
	不及格 (59分以下)	55--59	10	9	正面双手垫球，两臂前伸插至球下对准来球，不能调整手臂的角度。不能稳定的击球。	1.1分
		50--54	8	7		
		45--49	6	5		

场地器材：3×3米测试区域4块，排球4~8个，排球场1块。

1.2 七年级体育课程学习评价标准（下学期）

1. 支撑跳跃：横箱分腿腾跃

内容	等级	评价标准	折算成绩
支撑跳跃： 横箱分腿腾跃	优秀（85分及以上）	助跑轻松、自然协调、速度快、起跳快、腾空高、直膝分腿大、稍屈髋、有制动和上体挺身动作、展体充分，落地稳。	1.5分
	良好（72--84）	助跑轻松、自然协调、速度较快、起跳快、腾空高、分腿大、推手快、有制动和上体急振意识、有展体动作，落地较稳。	1.3分
	及格（60--71）	助跑轻松、能完成动作、但腾空不高、分腿、落地不够稳、仅完成成套动作。	1.2分
	不及格（59分以下）	助跑踏跳动作不协调，不能完成整套动作。	1.1分

2. 乒乓球：反手推挡球

内容	等级	考核标准		评价标准	折算成绩
		得分	推挡（1分钟）		
乒乓球：反手推挡球 测试方法： 两人自由组合，同时进行考核；两人推挡效果作为其参考成绩。记录学生在1分钟内的连续成功推挡球数。 同时对学生的推挡球进行技术评定。 每人2次机会，取最好成绩。	优秀（85分及以上）	96--100	40次	动作非常正确、规范，身体各部位非常协调、灵活。	1.5分
		91--95	36次		
		85--90	32次		
	良好（72--84）	81--84	31次	动作较正确、规范，身体各部位较为协调、灵活。	1.3分
		77--80	25次		
		72--76	21次		
	及格（60--71）	69--71	20次	动作有连续性、较慢，身体灵活性较差，身体各部位协调性较差。	1.2分
		65--68	16次		
		60--64	14次		
	不及格（59分以下）	55--59	13次	动作不连续，身体各部位不协调、僵硬、击球部位不准确。	1.1分
		50--54	10次		
		45--49	8次		

3. 投掷：双手头上前掷实心球

考核项目	等级	考核标准			评价标准	折算成绩
		得分	男 (m)	女 (m)		
投掷： 双手头上前掷 实心球 实心球重量： 2000 克。	优秀 (85 分及以上)	96--100	7.7	6.35	完成动作质量好，姿势正确，部位准确，动作轻松自然，协调优美。	1.5 分
		91--95	7.5	6.05		
		85--90	7.2	5.7		
	良好 (72--84)	81--84	7.19	5.69	完成动作质量较好，姿势较正确，部位较准确，动作较轻松自然，协调。	1.3 分
		77--80	6.9	5.5		
		72--76	6.55	5.3		
	及格 (60--71)	69--71	6.54	5.29	能完成动作，姿势基本正确，部位基本准确，动作不够轻松，自然，协调。	1.2 分
		65--68	5.89	4.8		
		60--64	5.00	4.3		
	不及格 (59 分以下)	55--59	4.95	4.29	不能完成动作，姿势不正确，部位不准确，动作紧张不协调。	1.1 分
		50--54	3.10	2.69		
		45--49	2.7	2.56		

4. 足球：脚内侧运球

内容	等级	评价标准	核算成绩
足球：脚内侧运球 测试方法：在规定计时内完成，考生运球从起点出发，运球依次绕过 5 根标志杆到达终点。 脚触球开表计时，运球到终点线时停表。 第 1 根标志杆距离起点线 5 米，依次摆放第 2、3、4、5 根标志杆，杆间距均为 5 米。 每人测试 2 次，取最佳表现计入成绩。运球漏杆则无成绩。	优秀 (85 分及以上)	脚内侧运球时，支撑脚熟练向前跨，踏在球的前侧方，膝关节稍弯屈，上体前倾并向里转。较熟练地用脚内侧推球的后中部，控球能力强。13 秒完成。	1.5 分
	良好 (72--84)	脚内侧运球时，动作较正确，支撑脚动作较正确，膝关节稍弯屈，上体前倾并向里转。基本掌握用脚内侧推球的后中部，控球能力较强。16 秒完成。	1.3 分
	及格 (60--71)	脚内侧运球动作有连续性，支撑脚动作较慢，灵活性差，控球能力弱。20 秒内完成。	1.2 分
	不及格 (59 分以下)	脚内侧运球动作不能连续，失误较多，脚下动作僵硬不协调。不能在 20 秒内完成。	1.1 分

场地器材：平坦空地，5 号足球，标志杆（高 1.5 米）。场地距离：30 米。

5. 篮球：14 米距离直线绕杆 2 次往返运球

内容	等级	考核标准			评价标准	核算成绩
		得分	男生（秒）	女生（秒）		
<p>篮球：14 米距离直线绕杆 2 次往返运球</p> <p>测试方法： 考生听到开始测试指令后，从标志杆 1 外沿起点运球出发，直线运球到标志杆 2 后绕杆运球返回，并绕过标志杆 1 后继续直线运球到标志杆 2，再次绕杆后运球，人球同时返回起点的延长线测试结束。</p> <p>从指令下达开始计时，2 次往返后人球均到达终点线标志杆外沿延长线计时结束，计时以秒为单位，保留一位小数。按规定依次绕过标志杆，漏杆 1 次成绩加 2 秒，运球过程中出现非法运球违例 1 次成绩加 1 秒。</p> <p>标志杆 1 和标志杆 2 底座外沿相距 14 米。</p> <p>每人测试 2 次，取最佳成绩。</p>	优秀 (85 分及以上)	96--100	12	16	动作非常正确、规范，步伐灵活，上下肢动作非常协调，往返运球快速、协调。	1.5 分
		91--95	13	18		
		85--90	15	20		
	良好 (72--84)	得分	男生（秒）	女生（秒）	动作较正确，步伐较灵活，上下肢动作较协调，运球速度较慢。	1.3 分
		81--84	16	21		
		77--80	19	23		
	及格 (60--71)	得分	男生（秒）	女生（秒）	动作较正确，运球动作不协调，运球速度较慢，控球能力不足。	1.2 分
		69--71	22	27		
		65--68	25	29		
	不及格 (59 分以下)	得分	男生（秒）	女生（秒）	运球动作不正确，不能控制球，失误多，步伐跟不上。	1.1 分
		60--64	27	31		
		55--59	28	32		
		50--54	30	34		
		45--49	32	36		

场地器材：标志杆（高 1.5 米），采用标准 6 号篮球，秒表或计时钟。

6. 排球：正面双手上手传球

内容	等级	考核标准			考核标准	核算成绩
		得分	男生（个）	女生（个）		
<p>排球： 正面双手上手传球</p> <p>测试方法： 考生听到监考员鸣哨后，开始在规定测试区域内进行正面双手上手连续传球，球落地或移动出规定测试区域视为测试结束。 正面双手上手传球时，球只能在手上短暂停留，不能持球；动作必须规范，符合技术要求。</p>	优秀 (85分及以上)	得分	男生（个）	女生（个）	伸臂，两手向前上方迎击来球动作正确、规范，手触球位置准确，上下肢动作非常协调。熟练利用伸臂和手腕手指的紧张利用和球压在手指上产生的反弹力将球传出。	1.5分
		96--100	33	32		
		91--95	29	29		
		85--90	25	24		
	良好 (72--84)	得分	男生（个）	女生（个）	动作较正确、规范，两手向前上方迎击来球动作较协调，双手接触球位置较准确。	1.3分
		81--84	24	23		
		77--80	21	20		
		72--76	19	18		
	及格 (60--71)	得分	男生（个）	女生（个）	能做出上手传球手型，两手发力动作不协调。	1.2分
		69--71	18	17		
		65--68	15	13		
		60--64	11	10		
	不及格 (59分以下)	得分	男生（个）	女生（个）	两手发力不均，出球方向偏离，不能调整角度。不能稳定的击球。	1.1分
55--59		10	9			
50--54		8	7			
45--49		6	5			

场地器材：3×3米测试区域4块，排球4~8个，排球场1块。

1.3 八年级体育课程学习评价标准（上学期）

1. 跳跃：跨越式跳高

考核项目	等级	考核标准			折算成绩
跳跃： 跨越式跳高	优秀 (85分及以上)	得分	男(标准)m	女(标准)m	1.5分
		97-100	1.28	1.16	
		93-96	1.26	1.14	
		89-92	1.24	1.12	
		85-88	1.22	1.10	
	良好 (72-84分)	得分	男(标准)m	女(标准)m	1.3分
		79-84	1.20	1.08	
		72-78	1.18	1.06	
	及格 (60-71分)	得分	男(标准)m	女(标准)m	1.2分
		68-71	1.16	1.04	
		64-67	1.14	1.02	
		60-63	1.12	1.00	
	不及格 (59分以下)	得分	男(标准)m	女(标准)m	1.1分
		55-59	1.10	0.98	
		50-54	1.08	0.96	
		45-49	1.06	0.94	

2. 乒乓球：正手攻球（一攻一挡）

考核项目	等级	考核标准		技术要求	折算成绩
		得分	攻球（1分钟）		
乒乓球：正手攻球 测试方法： （1）两人自由组合，同时进行考核；攻球时主要考核攻球同学，陪练推挡效果作为其参考成绩。 （2）记录学生在1分钟内的连续成功攻球数。 （3）同时对学生的攻球进行技术评定。 （4）每人2次机会，取最好成绩。	优秀 (85分及以上)	97-100	30次以上	动作非常正确、规范，身体各部位非常协调、灵活。	1.5分
		93-96	28次		
		89-92	26次		
		85-88	24次		
	良好 (72-84分)	79-84	22次	动作较正确、规范，身体各部位较为协调、灵活。	1.3分
		72-78	20次		
		68-71	18次		
	及格 (60-71分)	64-67	16次	动作有连续性、较慢，身体灵活性较差，身体各部位协调性较差。	1.2分
		60-63	14次		
		55-59	12次		
	不及格 (59分以下)	50-54	10次	动作不连续，身体各部位不协调、僵硬、击球部位不准确。	1.1分
		45-49	8次		

3. 踢毽：盘踢

考核项目	等级	考核标准		技术要求	折算成绩
踢毽：盘踢 测试方法： （1）在考试过程中以手抛毽子开始踢毽，踢毽过程中，脚部内侧踢毽为有效次数。 （2）记录学生在1分钟内的连续成功踢毽数。 （3）每人2次机会，取最好成绩。	优秀 (85分及以上)	得分	踢毽(1分钟)	动作非常正确、规范，身体各部位非常协调、灵活，控毽能力非常强。	1.5分
		97-100	60次以上		
		93-96	57次		
		89-92	54次		
		85-88	50次		
	良好 (72-84分)	得分	踢毽(1分钟)	动作较正确、规范，身体各部位较为协调，控毽能力较强。	1.3分
		79-84	47次		
		72-78	43次		
	及格 (60-71分)	得分	踢毽(1分钟)	动作有连续性、较慢，身体灵活性较差，身体各部位协调性较差，控毽能力较弱。	1.2分
		68-71	40次		
		64-67	37次		
		60-63	33次		
	不及格 (59分以下)	得分	踢毽(1分钟)	动作不连续，失误较多，身体各部位不协调、僵硬、踢毽部位不准确。	1.1分
		55-59	30次		
		50-54	27次		
		45-49	24次		

4. 足球：传接球

考核项目	等级	考核标准		技术要求	折算成绩
<p>足球：传接球</p> <p>测试方法： 考生用脚将球静置于地面，听到测试指令后将球踢向3米处挡板，接反弹回球，停球后再次用同样方法将球踢出，1分钟计时结束停表，记录考生连续传接球动作完成次数。考生可用脚任意部位触球。</p> <p>以成功传接球的次数进行计分，每人测试2次，取最佳成绩。</p> <p>需足球回弹板1块（每块长2米，高度0.6米），5号足球5个。</p> <p>（1）传球须从传球线外进行。 （2）必须分别为两块挡板的传接球。 （3）传球不中挡板，且球出界，可在传球取球补给点用脚取球继续考试。 （4）接球失误，不能到补给点取球，需将球用脚带回测试点。 （5）若球不能反弹回传球线外，考生需运球至传球线外，方能继续考试。 （6）传球时，球可压线但不可过线，球整体不能过界。 （7）可用任意足球传接球方法，在不违背规则的情况下进行测试。</p>	优秀 (85分及以上)	得分	传接球(1分钟)	动作非常正确、规范，脚下动作非常协调、移动灵活，控球能力非常强。	1.5分
		97-100	30次以上		
		93-96	28次		
		89-92	26次		
	良好 (72-84分)	得分	传接球(1分钟)	动作较正确、规范，脚下动作较为协调，移动灵活，控球能力较强。	1.3分
		79-84	22次		
		72-78	20次		
	及格 (60-71分)	得分	传接球(1分钟)	动作有连续性、较慢，灵活性较差，脚下动作协调性较差，控球能力较弱。	1.2分
		68-71	18次		
		64-67	16次		
	不及格 (59分以下)	得分	传接球(1分钟)	动作不连续，失误较多，脚下动作不协调、僵硬，踢球部位不准确。	1.1分
		55-59	12次		
		50-54	10次		
		45-49	8次		

5. 篮球：单手肩上传球

考核项目	等级	考核标准		技术要求	折算成绩
		得分	传接球（次）		
<p>蓝球：单手肩上传球</p> <p>测试方法：</p> <p>（1）考场准备传球架一个，要求篮圈直径为 55cm，圈的内最下沿距离地面高度为 1.2 米。测试时需考生运用篮球单手肩上传球的技术动作把球传到传球架圈内。</p> <p>（2）男生传球距离不得低于 3.5 米，女生传球距离不得低于 3 米，在传球区域内完成动作，不得越界。</p> <p>（3）每人每轮测试 10 次传球，需在 1 分钟内完成。</p> <p>（4）每人 2 次测试机会，取最好成绩。</p>	优秀 (85 分及以上)	97-100	10	动作非常正确、规范，上下肢动作非常协调，传球快速、有力、准确。	1.5 分
		93-96	9		
		89-92	8		
	良好 (72-84 分)	85-88	8	动作较正确、规范，上下肢动作较协调，传球速度较慢。	1.3 分
		79-84	7	动作较正确、规范，上下肢动作较协调，传球速度较慢。	
	及格 (60-71 分)	72-78	7	动作较正确，上下肢动作不协调，传球速度较慢。	1.2 分
		68-71	6	动作较正确，各别动作不协调，传球速度较慢，力量不足。	
		64-67	5		
	不及格 (59 分以下)	60-63	4	动作错误，上下肢发力不协调，力量不足，传球不到位，传球速度慢、不准确。	1.1 分
		55-59	3		
		50-54	2		
			45-49	1	

6. 排球：正面下手发球

考核项目	等级	考核标准			折算成绩
		得分	发球（次）	技术要求	
<p>排球：正面下手发球</p> <p>测试方法：</p> <p>（1）考场准备标准排球场地，要求排球网男生高度 2.26 米，女生 2.12 米。</p> <p>（2）考生站在球场发球底线发球区，采用正面下手发球的方法发球，每人每轮测试 10 次发球，需在 1 分钟内完成。</p> <p>（3）发球时不可踏及场区，包括端线。</p> <p>（4）依照标准发球过网，计有效成绩</p> <p>（4）每人 2 次测试机会，取最好成绩</p>	优秀 (85 分及以上)	97-100	10	动作非常正确、规范，上下肢动作非常协调，发球快速、有力，击球位置准确。	1.5 分
		93-96	9		
		89-92	8		
		85-88	8	动作较正确、规范，上下肢动作较协调，击球位置较准确。	
	良好 (72-84 分)	得分	发球（次）	技术要求	1.3 分
		79-84	7	动作较正确、规范，上下肢动作较协调，击球位置较准确。	
		72-78	7	动作较正确，力量较强，上下肢动作不协调。	
	及格 (60-71 分)	得分	发球（次）	技术要求	1.2 分
		68-71	6	动作较正确，力量较强，上下肢动作不协调，力量不足。	
		64-67	5		
	60-63	4			
	不及格 (59 分以下)	得分	发球（次）	技术要求	1.1 分
		55-59	3	动作错误，上下肢发力不协调，力量不足，发球不到位，击球位置不准确。	
50-54		2			
45-49	1				

1.4 八年级体育课程学习评价标准（下学期）

1. 投掷：侧向滑步推实心球

考核项目	等级	考核标准			折算成绩
		得分	男（标准）m	女（标准）m	
投掷： 侧向滑步推实心球	优秀 (85分及以上)	97-100	8.20	6.20	1.5分
		93-96	7.90	5.90	
		89-92	7.60	5.60	
		85-88	7.30	5.30	
	良好 (72-84分)	79-84	7.00	5.00	1.3分
		72-78	6.70	4.70	
		68-71	6.40	4.40	
	及格 (60-71分)	64-67	6.10	4.10	1.2分
		60-63	5.80	3.80	
		55-59	5.50	3.50	
	不及格 (59分以下)	50-54	5.10	3.20	1.1分
		45-49	4.80	2.90	

2. 单杠：支撑后摆转体 90 度下

考核项目	等级	考核标准	折算成绩
单杠： 支撑后摆转体 90 度下	优秀 (85 分及以上)	成套动作完成质量非常好，有节奏，姿势正确，动作轻松、连贯，幅度大，有弹性，下法展体落地稳。	1.5 分
	良好 (72-84 分)	成套动作完成质量较好，幅度较大，动作较轻松，比较连贯	1.3 分
	及格 (60-71 分)	能完成成套动作，姿势基本正确，动作连贯性不强，有停顿	1.2 分
	不及格 (59 分以下)	不能完成成套动作	1.1 分

3. 武术：健身南拳

考核项目	等级	考核标准	折算成绩
武术： 健身南拳	优秀 (85 分及以上)	整套动作能顺利完成并姿势正确、方法清晰、劲力充足、用力顺达、力点准确、动作协调、节奏分明、风格突出。	1.5 分
	良好 (72-84 分)	整套动作能顺利完成并姿势较正确、方法较清晰、劲力较充足、用力较顺达、力点较准确、动作较协调、节奏较分明、风格较突出。	1.3 分
	及格 (60-71 分)	整套动作能顺利完成并姿势较正确、方法比较清晰、劲力比较充足、用力比较顺达、力点比较准确、动作比较协调、节奏比较分明、风格比较突出。	1.2 分
	不及格 (59 分以下)	不能完成动作或动作错误严重。	1.1 分

4. 足球：射门（定点）

考核项目	等级	考核标准			折算成绩
		得分	进球（次）	技术要求	
4、足球：射门（定点） 测试方法： （1）球门标准为 11 人制高 2.44 米，宽度 7.32 米，用脚内侧从 15 米（女生 10 米）的距离射门，以进球数计算成绩。 （2）每人一次机会，射 10 次，可以用任意一种踢球方法射门，如球碰到球门内侧栏杆架回弹，算进一次。	优秀 (85 分及以上)	97-100	10	射门动作非常正确、规范，射门非常准确、突然、有力，力量和方向掌握非常好。	1.5 分
		93-96	9		
		89-92	8		
		85-88	8		
	良好 (72-84 分)	79-84	7	射门动作较正确、规范，射门较准确、突然、有力，力量和方向掌握较好。	1.3 分
		72-78	7	射门动作比较正确、规范，射门比较准确、突然、有力，力量和方向掌握比较好。	
		68-71	6	射门动作比较正确、规范，射门比较准确、突然、有力，力量和方向掌握比较好。	
	及格 (60-71 分)	64-67	5		
		60-63	4		
	不及格 (59 分以下)	55-59	3	射门动作不正确不规范，射门力量不足，控制方向较差	1.1 分
		50-54	2		
		45-49	1		

5. 篮球：行进间单手低手投篮

考核项目	等级	考核标准			折算成绩
		得分	投中（次）	技术要求	
<p>篮球：行进间单手低手投篮</p> <p>测试方法：</p> <p>（1）考生在三分线外任意位置选择起点，运用行进间单手低手投篮动作进行投篮。</p> <p>（2）考核以计时方式进行考核，时间 1 分钟。</p> <p>（3）每投完一次后要迅速返回起点持球继续投篮。</p> <p>（4）投完后，考生可选择弃球返回起点持另一球继续进行考核，也可投篮后抢球返回起点继续考核。</p> <p>（5）每人 5 个篮球，考生自行合理进行分配使用。</p>	优秀 (85 分及以上)	97-100	10	投篮动作非常正确、规范，步伐非常灵活、连贯，起跳非常充分，拖球非常稳定。	1.5 分
		93-96	9		
		89-92	8		
		85-88	8		
	良好 (72-84 分)	得分	传接球（次）	技术要求	1.3 分
		79-84	7	投篮动作较正确、规范，步伐较灵活、连贯，起跳较充分，拖球较稳定。	
		72-78	7	投篮动作比较正确、规范，步伐比较灵活、连贯，起跳比较充分，拖球比较稳定。	
	及格 (60-71 分)	得分	传接球（次）	技术要求	1.2 分
		68-71	6	投篮动作比较正确、规范，步伐比较灵活、连贯，起跳比较充分，拖球比较稳定。	
		64-67	5		
	60-63	4			
	不及格 (59 分以下)	得分	传接球（次）	技术要求	1.1 分
55-59		3	投篮动作不正确不规范，步伐不正确，投篮不准。		
50-54		2			
45-49		1			

6. 排球：行进间正面双手连续传垫球

考核项目	等级	考核标准	折算成绩
排球： 行进间正面双手连续传垫球 测试方法： 考生在篮球场内，在距离篮板9米的位置处面对篮板站立，行进间移动正面双手连续传、垫球，当移动至距离篮板2.5米的位置时（允许踩线，一脚完全越过传球线视为犯规），停止移动，将球传或垫至篮板上，考试结束。整个过程必须传垫球结合。	优秀 （85分及以上）	技术要求	1.5分
		到达传球点，出手传球并击中目标区域	
	良好 （72-84分）	技术要求	1.3分
		到达传球点，出手传球未击中目标区域	
	及格 （60-71分）	技术要求	1.2分
		到达传球点，未出手传球	
	不及格 （59分以下）	技术要求	1.1分
		行进传垫球，未到达传球点	

1.5 九年级体育课程学习评价标准（上学期）

1. 投掷：原地背向双手抛实心球

考核项目	等级	考核标准			评价标准	折算成绩
		得分	男（标准）m	女（标准）m		
<p>投掷：原地背向双手抛实心球</p> <p>测试方法： 考生站在投掷线后投掷，身体背对投掷方向，双手持球与身体前，原地双手同时发力向后投掷，投掷过程中躯干不能侧向，不能单手投掷。</p> <p>每人测试 2 次，取最佳成绩。 考生 2 次犯规，可补测 1 次。 若考生 3 次测试均犯规，成绩计为零分。</p> <p>场地器材：画有投掷线的平整地面（按分值的刻度画出），重量 2000 克的实心球。</p>	优秀 (85 分及以上)	得分	男（标准）m	女（标准）m	完成动作质量好，姿势正确，部位准确，动作轻松自然，协调优美。	1 分
		96-100	9.20	6.20		
		81-95	8.90	5.90		
		85-90	7.60	5.60		
	良好 (72-84 分)	得分	男（标准）m	女（标准）m	完成动作质量较好，姿势较正确，部位较准确，动作较轻松自然，协调。	0.7 分
		81-84	7.30	5.30		
		77-78	7.00	5.00		
		72-76	6.70	4.70		
	及格 (60-71 分)	得分	男（标准）m	女（标准）m	能完成动作，姿势基本正确，部位基本准确，动作不够轻松，自然，协调。	0.4 分
		69-71	6.40	4.40		
		65-68	6.10	4.10		
		60-64	5.80	3.80		
	不及格 (59 分以下)	得分	男（标准）m	女（标准）m	不能完成动作，姿势不正确，部位不准确，动作紧张不协调。	0.1 分
		55-59	5.50	3.50		
		50-54	5.10	3.20		
		45-49	4.80	2.90		

2. 花样跳绳：双摇跳

考核项目	等级	考核标准	折算成绩
花样跳绳： 双摇跳	优秀 (85分及以上)	成套动作完成质量非常好，有节奏，姿势正确，动作轻松、连贯，幅度大，有弹性，能够连续双摇10个以上（包含10个）。	1分
	良好 (72-84分)	成套动作完成质量较好，幅度较大，动作较轻松，比较连贯能完成8个	0.7分
	及格 (60-71分)	能完成成套动作，姿势基本正确，动作连贯性不强，有停顿不能连贯连续到5个。	0.4分
	不及格 (59分以下)	不能完成成套动作两个都不能连续完成的。	0.1分

3. 田径：50米跑

考核项目	等级	男（标准）秒	女（标准）秒	折算成绩
<p>(1) 测试方法：起跑姿势不限。计时员见到起跑信号开表，当考生的躯干部到达终点线垂直时停表。以1/10秒为单位记录成绩。测试过程中，采用分道跑，不允许穿钉鞋。每人测试1次。若考生测试无成绩，可补测1次。补测仍无成绩，考生该项成绩计0分。</p>	优秀	7.5	8.1	1分
	良好	7.7	8.7	0.7分
	及格	8.7	9.7	0.4分
	不及格	9.8	10.8	0.1分

4. 足球：运球绕杆射门

考核项目	等级	考核标准		评价标准	折算成绩
足球：运球过杆射门 测试方法： 考生运球从起点出发，运球依次绕过3根标志杆后完成射门。球越过球门线时停表。第1根标志杆距离起点线3米，依次摆放第2、3根标志杆，杆间距均为3米，第3根标志杆距离球门线中点10米。起点线平行于球门线，长度6米。每人测试2次，取最佳成绩。运球漏杆或未射中球门范围内则无成绩。射中球门立柱或横梁可补测1次。	优秀 (85分及以上)	得分	进球(次)	运球过杆连贯、射门动作非常正确、规范，射门非常准确、突然、有力，力量和方向掌握非常好。	4分
		96-100	10		
		81-95	9		
		85-90	8		
	良好 (72-84分)	得分	进球(次)	运球过杆连贯、射门动作较正确、规范，射门较准确、突然、有力，力量和方向掌握较好。	3.5分
		81-84	8		
		77-78	7	运球、射门动作比较正确、规范，射门比较准确、突然、有力，力量和方向掌握比较好。	
		72-76	7		
	及格 (60-71分)	得分	进球(次)	运球过杆、射门动作比较正确、规范，射门比较准确、突然、有力，力量和方向掌握比较好。	3分
		69-71	6		
		65-68	5		
		60-64	4		
	不及格 (59分以下)	得分	进球(次)	运球过杆、射门动作不正确不规范，射门力量不足，控制方向较差	2.5分
		55-59	3		
		50-54	2		
		45-49	1		

5. 篮球：运球绕标志物

考核项目	等级	考核标准		评价标准	折算成绩
		得分	投中（次）		
<p>篮球：运球绕标志杆</p> <p>测试方法： 考生听到开始测试指令后，从标志杆 1 外沿起点运球出发，直线运球到标志杆 2 后绕杆运球返回，并绕过标志杆 1 后继续直线运球到标志杆 2，再次绕杆后运球，人球同时返回起点的延长线测试结束。</p> <p>从指令下达开始，2 次往返后人球均到达终点线标志杆外沿延长线计时结束，计时以秒为单位，保留一位小数。按规定依次绕过标志杆，漏杆 1 次成绩加 2 秒，运球过程中出现非法运球违例 1 次成绩加 1 秒。标志杆 1 和标志杆 2 底座外沿相距 14 米。</p> <p>每人测试 2 次，取最佳成绩。</p> <p>场地器材：标志杆（高 1.5 米），采用标准 6 号篮球，秒表或计时钟。</p>	优秀 (85 分及以上)	96-100	10	投篮动作非常正确、规范，步伐非常灵活、连贯，起跳非常充分，拖球非常稳定。	4 分
		81-95	9		
		85-90	8		
	良好 (72-84 分)	81-84	8	投篮动作较正确、规范，步伐较灵活、连贯，起跳较充分，拖球较稳定。	3.5 分
		77-78	7		
		72-76	7	投篮动作比较正确、规范，步伐比较灵活、连贯，起跳比较充分，拖球比较稳定。	
	及格 (60-71 分)	69-71	6	投篮动作比较正确、规范，步伐比较灵活、连贯，起跳比较充分，拖球比较稳定。	3 分
		65-68	5		
		60-64	4		
	不及格 (59 分以下)	55-59	3	投篮动作不正确不规范，步伐不正确，投篮不准。	2.5 分
		50-54	2		
		45-49	1		

6. 排球：自传隔网向前垫球

考核项目	等级	考核标准	折算成绩
<p>排球： 自传隔网向前垫球垫球</p> <p>测试方法： 男生：站在排球场地内，进攻线之后，面对球网做连续 4 次原地自垫，第 5 次将球通过球网上方垫至对面场地进攻线后得分区域。每人测试 2 次，取最佳成绩。</p> <p>女生：站在排球场地内，距离球网 2 米处，面对球网做连续 4 次原地自垫，第 5 次将球通过球网上方垫至对面场地进攻线后得分区域。每人测试 2 次，取最佳成绩。</p>	优秀 (85 分及以上)	垫球动作规范、舒展，能够连续垫球，出手垫球并击中得分区域	4 分
	良好 (72-84 分)	垫球动作比较规范、舒展，能够连续垫球，出手垫球并击中得分区域	3.5 分
	及格 (60-71 分)	垫球动一般，不能够连续垫球，出手垫球并击中得分区域	3 分
	不及格 (59 分以下)	垫球动作不规范，不能够连续垫球，垫球出手未能过网	2.5 分

附件 2

铁岭市初中学生体育竞赛成绩加分管理办法

（暂行）

为保障铁岭市初中学生参加学生体育竞赛成绩加分工作规范有序实施，结合我市实际情况，根据辽宁省初中学生体育竞赛成绩折算体育考分管理办法暂行规定，特制定《铁岭市初中学生体育竞赛成绩加分管理办法（暂行）》（以下简称管理办法）。本办法使用范围仅限铁岭市初中阶段（七年级、八年级、九年级）学生参加学校运动会和县（市）区级及以上体育竞赛活动。学生参加本办法规定的相应级别体育比赛，可根据其获得的竞赛成绩折算成相应的体育考试分值，计入所在年级初中学生学业水平体育科目考试过程性评价分值。竞赛加分仅限获得成绩当年使用，不可跨学年使用。

一、赛事认定

国家级竞赛是指由教育部主办或教育部与其他部门共同主办的各项体育比赛（需经省内选拔取得优异成绩方可代表辽宁省参加全国比赛）。

省级竞赛是指辽宁省教育厅主办或辽宁省教育厅与其他部门联合主办的单项或综合性体育比赛。其中包括足球（11人制、8人制、5人制）、篮球（5人制、3人制）、排球、田径、羽毛球、

乒乓球、网球、游泳、软式棒垒球、跆拳道、健美操、啦啦操、跳绳、棋类、冰雪项目等 15 个大项。

市级竞赛是指各市教育局主办或与其他部门联合主办的单项或综合性体育比赛。其中包括足球、篮球、排球、田径、羽毛球、乒乓球、跆拳道、啦啦操、棋类（围棋、国际象棋、中国象棋）、冰雪（冰球比赛、速度滑冰比赛）项目等 10 个大项。

县（市）区级竞赛是指各县（市）区教育局主办或与其他部门联合主办的单项或综合性体育比赛。其中包括足球、篮球、排球、田径、羽毛球、乒乓球、拳击、跆拳道、棋类（围棋、国际象棋、中国象棋）项目等 9 个大项。

学校竞赛是指各初中学校以学校为单位举办，由全体学生参加的春季或秋季综合性运动会。

二、加分标准及要求

学生参加体育竞赛成绩按年度分别记入各年级（七年级、八年级、九年级）总分。过程性评价分数（包含竞赛加分）最高分为 10 分。

省级及以上竞赛：凡参加省级及以上竞赛，各项目（集体或个人）取得前十六名的学生，该学年度过程性评价记为满分。

市级竞赛：凡参加市级比赛的学生，各项目（集体或个人）获得前三名加 5 分，第四名至第六名加 4 分，第七名至第八名加 3 分。

县（市）区级竞赛：凡参加县（市）区级比赛的学生，各项

目（集体或个人）获得前三名加 3 分，第四名至第六名加 2 分，第七名至第八名加 1 分。

校级竞赛：参加校级比赛各项目（集体或个人）获得前三名加 0.5 分，第四名至第六名加 0.3 分，第七名至第八名加 0.1 分。校级竞赛加分每学年最高不超过 2 分。

三、加分管理办法

各县（市）区要在年初制定相关体育竞赛的年度计划，明确主办单位和承办单位，引导学生合理参加比赛。竞赛主办单位在举办比赛时须在竞赛规程内规定录取名次和最低报名人数（队数），低于规定报名人数（队数）的不得举办此项目比赛。比赛结束后将相关的比赛名称、主办单位、比赛时间地点、竞赛成绩（加分学生的姓名、班级、身份证号等信息）（县、区级比赛需有国家一级以上裁判长签字；市级比赛需国家级裁判长签字）报备县（市）区教育局。

各级学校体育竞赛主办单位，需在比赛结束后 7 日内，将比赛名称、主办单位、比赛时间地点、竞赛成绩（加分学生的姓名、班级、身份证号等信息）（需有主管领导签字）报备各级教育行政部门。

四、奖励与处罚

1、对在组织承办学生体育竞赛工作中成绩显著的单位和个人，各县（市）区教育局、各学校应给予表彰、奖励。

2、对违反本办法，有下列行为之一的单位或者个人，由上级

教育行政部门责令其限期改正，并视情节轻重对直接责任人员给予批评教育或者行政处分，学生当年竞赛成绩记“0”分。

(1) 不按铁岭市学生体育竞赛管理规定要求举办比赛的；

(2) 在体育竞赛中违反纪律、弄虚作假的；

(3) 举办没有达到最低报名人数（队数）规定要求，并给学生记分的。

3、参与本管理办法初中体育考试体育考分的学生，必须参加年度过程性评价，没有参加考试的，不得按照本管理办法加分。

五、本办法自发布之日起施行。

六、本办法最终由铁岭市教育局体卫艺科负责解释。

辽宁省初中学业水平考试

体育与健康考试规则

一、必测项目：1000 米跑（男）/800 米跑（女）

1. 场地器材：400 米跑道，秒表，发令枪，烟屏，号码布等。如选用符合电子器材，器材必须是经国家认证认可、监督管理委员会批准的、相关认证机构认证合格的产品。

2. 测试方法：考生站在起点线后，起跑姿势采用站立式起跑，听到发令后快速跑至终点，当考生的躯干部到达终点线垂直面时停表。不分道测试，以完成的时间作为最终成绩。分组人数不得超过 20 名。跑步过程中，不允许穿钉鞋。每人测试 1 次。

二、选测项目

1. 一分钟跳绳

(1) 场地器材：平整干净场地，计数器，计时钟，发令哨，各种长度的跳绳若干条。

(2) 测试方法：双脚跳。考生将绳的长短调至适宜长度，听到开始信号后开始跳绳，测试时间为 1 分钟。动作规格为正摇（向前摇）双脚跳绳，双脚同时落地。每跳跃一次且摇绳一回环（一周圈），计为 1 次，以 1 分钟计时结束所跳的次数作

为最终成绩。跳绳动作不符合要求的，不予计数。每人测试 1 次。

2. 50 米跑

(2) 场地器材：50 米直线跑道若干条，地面平坦。秒表，发令枪，烟屏，道次牌，号码布等。

(3) 测试方法：起跑姿势不限。计时员见到起跑信号开表，当考生的躯干部到达终点线垂直时停表。以 1/10 秒为单位记录成绩。测试过程中，采用分道跑，不允许穿钉鞋。每人测试 1 次。若考生测试无成绩，可补测 1 次。补测仍无成绩，考生该项成绩计 0 分。

3. 引体向上（男）

(1) 场地器材：高单杠或高横杠，体操垫，杠粗以手能握住为准。

(2) 测试方法：考生跳起双手正握杠，两手与肩同宽成直臂悬垂。身体呈静止状态后，开始做第一个引体向上的动作；屈臂向上引体至下颏超过横杠上沿，恢复直臂悬垂后为完成一次；记录连续引体下颏过杠的次数，引体时下颏不过杠面上沿不计数。每人测试 1 次。

4. 一分钟仰卧起坐（女）

(1) 场地器材：平整场地，垫子若干块（或代用品），计时钟。

(2) 测试方法：考生全身仰卧于垫上，两腿稍分开，屈

膝呈 90 度角左右，两手指交叉贴于脑后，另一同伴压住其踝关节，以固定考生下肢；考生起坐时两肘触及或超过双膝为完成 1 次；仰卧时两肩胛必须触垫。测试人员发出“开始”口令同时开表计时，记录 1 分钟内完成的次数。1 分钟到时，考生虽已坐起但肘关节未达到双膝者不计该次数，精确到个位数。如发现考生借用肘部撑垫或臀部起落的力量起坐，该次不计数。每人测试 1 次。

5. 立定跳远

(1) 场地器材：平坦土地或沙坑，跳垫，量尺，或立定跳远测试仪。

(2) 测试方法：考生在起跳线后两脚原地同时起跳。丈量起跳线后沿至最近着地点后沿之间的垂直距离。起跳点与沙坑地面应在同一水平面上。两脚原地同时起跳，不能垫步或有连续动作。测试过程中不允许穿钉鞋。每人测试 2 次，取最佳成绩。若考生两次测试均无成绩，可补测 1 次。补测仍无成绩，考生该项成绩计 0 分。

6. 投掷实心球

(1) 场地器材：平整场地一块，重量为 2 公斤的实心球若干。

(2) 测试方法：考生站在投掷线后，两脚前后或左右开立，身体正对投掷方向，双手举球至头上方，稍后仰，原地双手用力把球向前方掷出；球出手前，考生的双脚不能移动；球

出手的同时，一脚可以向前迈一步，但不得触碰或越过投掷线。凡在考试中出现躯干侧向、单手投掷等现象，视为犯规，成绩无效。每人测试2次，取最佳成绩。若考生两次测试均无成绩，可补测1次。补测仍无成绩，考生该项成绩计0分。

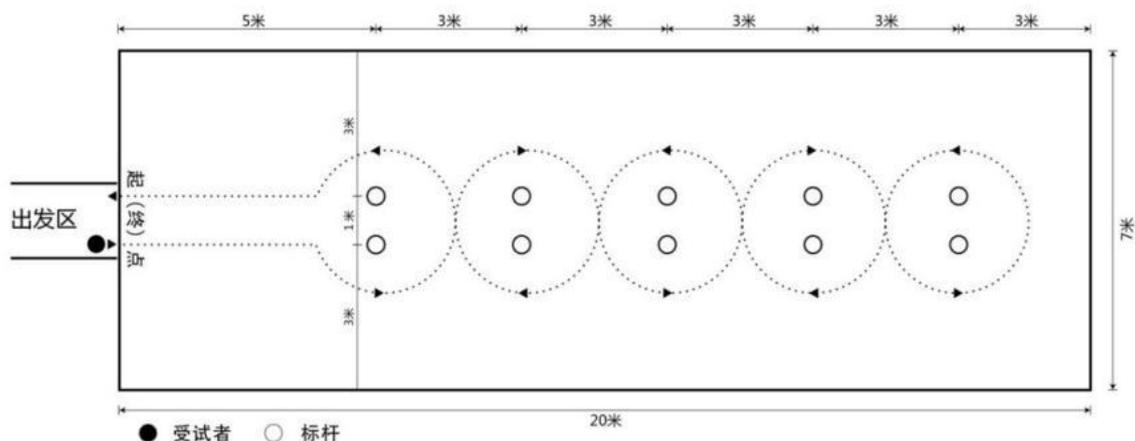
三、专项技能项目

1. 篮球运球

(1) 场地器材：测试在长20米，宽7米，起点线后5米设置两列标志杆，标志杆距同侧边线3米。各排标志杆相距3米，共5排杆，全长20米，并列的两杆间距1米的场地进行。

(2) 测试方法：考试采用电子测量装置（或手记时）；考试用球的规格为6号篮球。受试者在起点线后持球站立，听到开始口令后，按图中箭头所示方向单手运球一次过杆，发令员法令后开始计时，受试者和球均返回起终点线时停表，每名受试者测两次，记录最好一次。以秒为单位记录测试成绩，精确到小数点后一位，小数点后非“0”时进1。两次考试均犯规无成绩者，可增加一次补考机会，成绩按该项得分的80%计入总分，仍犯规者，考生该项成绩为零。凡在考试中出现出发时抢跑、违例、漏绕标志杆、通过终点时人球分离现象，视为犯规行为。

3. 等级标准及折合得分（参见附件4-2）

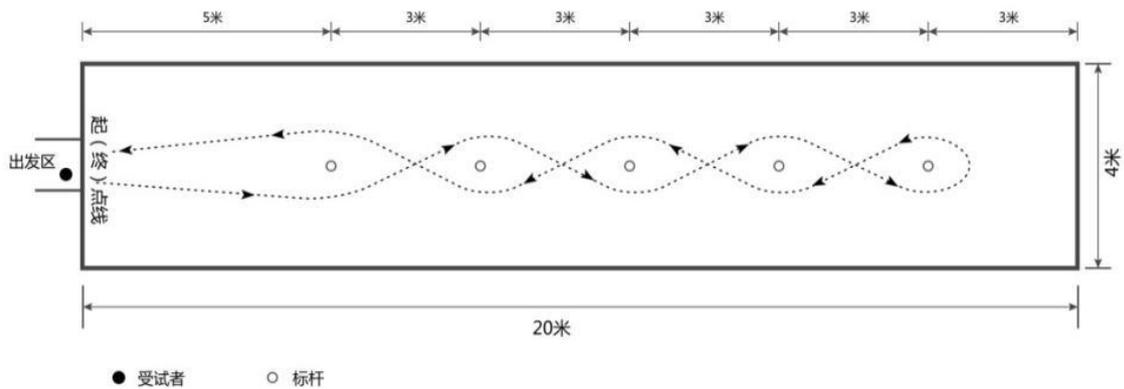


2、足球运球

(1) 场地器材：在坚实、平整场地或足球场上进行，测试区长 30 米，宽 10 米，起点线至第一杆距离为 5 米，各杆间距为 5 米，共设 5 根标志杆，标志杆距两侧边线各 5 米。

(2) 测试方法：受试者站在起点线后准备，听到开始的口令后，向前运球依次过杆，受试者和球均越过终点线即为结束。发令员发令后开始计时，受试者和球均到达终点线时停表，每个人两次，记录最好一次成绩。以秒为单位记录测试成绩，精确到小数点后一位，小数点后非“0”时进 1。两次考试均犯规无成绩者，可增加一次补考机会，成绩按该项得分的 80% 计入总分，仍犯规者，考生该项成绩为零。凡在考试中出现出发时抢跑、漏绕标志杆、碰倒标志杆、未按要求完成测试全部过程等现象，视为犯规行为。

3. 等级标准及折合得分（详见附件 4-2）



3、排球一分钟正面双手连续垫球考核（10分）

1. 场地器材规格及设置要求

场地设置在平坦、坚实的地面上，设置在体育馆内为宜。测试场地长和宽均为3米，场地四周设置明显标志线；场地外围设置判断垫球高度的标志物，标志物在地面的垂直投影与同侧标志线相距1米；标志物设定的高度要综合考虑仪器设备的计数方法、排球直径及所选仪器设备等因素。

多个测试场地之间相互独立并有一定距离，避免考试过程中相互干扰。

测试用球为排球，球内气压符合排球竞赛规则要求，不能使用软式排球。

2. 测试操作规范及要求

考生听到报号后进入测试区，原地将球抛起，第一次垫球成功后开始计时，个人连续正面双手垫球，要求手型正确、击球部位准确、达到规定高度。每次测试时间1分钟，每人测试两次，记

录较好一次。测试时球落地，但脚未踩标志线或出测试区域，考生可将球捡起继续测试。出现犯规行为者，该次测试结束，仪器设备立刻停止计数，垫球数量以犯规时仪器设备记录的个数为准。犯规行为包括：①采用传球等方式触球；②脚踩标志线或出测试区域。测试时，男生垫球高度（从地面起至球的底部）不低于 2.35 米，女生不低于 2.15 米，符合高度要求的垫球方能计数。

测试时，出现球触及标志物等情况，造成的后果由考生负责。

3. 等级标准及折合得分（参见附件 4-2）

附件4

辽宁省初中学业水平考试体育与健康基础体能考试评分标准

分值 性 别 项目	1000米/800米(分秒)		50米		立定跳远(厘米)		投掷实心球(米)		引体向上/一分钟仰卧		一分钟跳绳(次)	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
100	3' 40"	3' 25"	7.3	7.9	250	202	12.4	7.8	15	52	180	172
95	3' 45"	3' 32"	7.4	8.0	245	196	11.2	7.5	14	50	164	156
90	3' 50"	3' 39"	7.5	8.1	240	190	9.6	7.2	13	48	140	133
85	3' 57"	3' 47"	7.6	8.4	233	183	9.1	7.0	12	45	132	125
80	4' 05"	3' 55"	7.7	8.7	225	176	8.4	6.9	11	42	121	114
78	4' 10"	4' 00"	7.9	8.9	221	173	8.2	6.8	-	40	116	109
76	4' 15"	4' 05"	8.1	9.1	217	170	7.8	6.7	10	38	110	103
74	4' 20"	4' 10"	8.3	9.3	213	167	7.6	6.6	-	36	106	99
72	4' 25"	4' 15"	8.5	9.5	209	164	7.4	6.5	9	34	103	96
70	4' 30"	4' 20"	8.7	9.7	205	161	7.0	6.4	-	32	97	90
68	4' 35"	4' 25"	8.9	9.9	201	158	6.7	6.3	8	30	91	85
66	4' 40"	4' 30"	9.1	10.1	197	155	6.5	6.2	-	28	86	80
64	4' 45"	4' 35"	9.3	10.3	193	152	6.1	5.8	7	26	78	72
62	4' 50"	4' 40"	9.5	10.5	189	149	5.7	5.4	-	24	71	65
60	4' 55"	4' 45"	9.7	10.7	185	146	5.3	5.0	6	22	64	58
50	5' 15"	4' 55"	9.9	10.9	180	141	5.0	4.7	5	20	60	54
40	5' 35"	5' 05"	10.1	11.1	175	136	4.6	4.3	4	18	53	48
30	5' 55"	5' 15"	10.3	11.3	170	131	4.2	3.9	3	16	46	42
20	6' 15"	5' 25"	10.5	11.5	165	126	3.6	3.3	2	14	37	33
10	6' 35"	5' 35"	10.7	11.7	160	121	3.0	2.7	1	12	28	25

备注：1. 必测项目 1000 米和 800 米考试成绩按满分 10 分折算后计入考生成绩；其他选测项目考试成绩按满分 5 分折算后计入考生成绩。

2. 考试成绩未达上线，按下线评分。

3. 本评分标准参照《国家学生体质健康标准》制定。

4.2 专项技能考试评分标准

分值 性 别 项目	足球运球绕杆（秒）		篮球行进间运球		排球传垫球	
	男	女	男	女	男	女
10	11.5	13.5	21	26	11	10
9.5	12.0	14	22	27		
9	12.5	14.5	23	28	10	9
8.5	13.0	15	24	29		
8	13.5	15.5	25	30	9	8
7.5	14.0	16	27	32		
7	14.5	16.5	29	34	8	7
6.5	15.0	17.5	31	36		
6	15.5	18	33	38	7	6
5.5	16.0	18.5	35	40		
5	16.5	19	37	42	6	5
4.5	17.0	19.5	39	44		
4	17.5	20	41	46	5	4
3.5	18.0	20.5	43	48		
3	18.5	21	45	50	4	3
2.5	19.0	21.5	47	52		
2	19.5	21.5	49	54	3	2
1.5	20.0	22	51	56		
1	20.5	22.5	53	58	2	1

附件 5

铁岭市初中学业水平考试体育与健康学科 特殊类考生成绩认定办法（试行）

1. 对丧失运动能力并符合残疾标准（持有第二代《中华人民共和国残疾人证》），不能参加体育与健康考试的学生，体育与健康考试过程性评价和终结性评价考试成绩分别按满分计入初中学业水平考试总成绩。

2. 因患重大疾病丧失运动能力，长期免修体育课的考生，按过程性评价（记 9 分）+终结性评价（记 9 分）=总成绩 18 分记入中考体育成绩。

3. 因临时伤病或普通疾病，测试期限内不能参加测试的考生，可申请单项或多项免考；患有心血管等疾病不宜参加长跑的考生，可申请 1000 米（800 米）免考。

①申请三科免考的考生，按过程性评价（每学期学校对学生评价得分）+终结性评价（每免考科目记 1 分，共记 3 分）=总成绩；

②申请单科或两科免考的考生，按过程性评价（每学期学校对学生评价得分）+终结性评价（每免考科目记 1 分+非免考科目测试成绩）=总成绩。

4. 身体有意外伤病、女生生理期考生，可申请参加体育中

考缓考。

5. 考生因个人原因不能如期参加体育测试，成绩按 0 分计算。

6. 代表县（市）区或学校参加市级及以上级别比赛，在比赛过程中受伤不能按时参加考试的考生，按过程性评价（30分）+终结性评价（27分）=总成绩 57 分记入中考体育成绩。

7. 其他类考生成绩认定。省内转学考生，其体育成绩互认。由省外转入的考生必须参加转入地所在学校当年的体育考试，并根据转入学期的体育考试成绩所占年级的位次，核算上一学期或学年的体育考试分值，其他考生（辽宁籍）需回户籍所在地学校参加体育考试。

8. 凡申请免考考生，需经考生本人及家长提出书面申请并持本市二级以上公立医疗机构开具的证明（含病历、检查检验报告、用药明细及缴费凭证），由学校负责审核确认（材料初审、校党总支会确认、校长签字、学校盖章）办理免考手续，同时上报当地教育行政部门。各级教育行政部门聘请医学专家，采取双盲制度，对病免材料进行盲审，逐人审核确定，确定结果在学校公示一周，原始材料存入学生教学档案。确认无异议，报当地教育行政部门备案。

9. 凡申请免考、身体有意外伤病或其他类考生需进行成绩认定者中存在弄虚作假行为或不按规定进行成绩核算的，当事考生体育考试成绩按 0 分记；参与作假的老师及学校按考试作

弊有关规定进行处罚。