附件1：

2023年自治区初中学业水平体育与健康考试评分标准

（一）男生测试项目评分标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 单项得分 | 1000米（分、秒） | 50米跑 （秒） | 100米跑（秒） | 立定跳远（厘米） | 掷实心球（米） | 引体向上（次） | 跳绳（次/1分钟） | 篮球运球（秒） | 足球运球（秒） | 排球垫球（次） |
| **10** | 3'40" | 7.3 | 13″5 | 250 | 12.4 | 15 | 180 | 9″4 | 7″5 | 40 |
| **9.5** | 3'45" | 7.4 | 13″8 | 245 | 12.1 | 14 | 175 | 9″8 | 7″7 | 39 |
| **9** | 3'50" | 7.5 | 14″1 | 240 | 11.5 | 13 | 168 | 10″4 | 8″1 | 37 |
| **8.5** | 3'57" | 7.6 | 14″4 | 233 | 11 | 12 | 160 | 11″1 | 8″5 | 35 |
| **8** | 4'05" | 7.7 | 14″7 | 225 | 10.3 | 11 | 150 | 11″9 | 8″9 | 33 |
| **7.8** | 4'10" | 7.9 | 15″ | 221 | 9.6 |  | 140 | 12″8 | 9″4 | 30 |
| **7.6** | 4'15" | 8.1 | 15″3 | 217 | 9.4 | 10 | 136 | 13″2 | 9″7 | 29 |
| **7.4** | 4'20" | 8.3 | 15″6 | 213 | 9 |  | 130 | 13″7 | 10″1 | 27 |
| **7.2** | 4'25" | 8.5 | 15″9 | 209 | 8.6 | 9 | 124 | 14″3 | 10″5 | 25 |
| **7** | 4'30" | 8.7 | 16″2 | 205 | 8.2 |  | 116 | 15″1 | 11″1 | 23 |
| **6.8** | 4'35" | 8.9 | 16″5 | 201 | 7.7 | 8 | 108 | 15″8 | 11″6 | 20 |
| **6.6** | 4'40" | 9.1 | 16″8 | 197 | 7.4 |  | 103 | 16″4 | 11″9 | 19 |
| **6.4** | 4'45" | 9.3 | 17″1 | 193 | 6.9 | 7 | 94 | 17″4 | 12″4 | 17 |
| **6.2** | 4'50" | 9.5 | 17″4 | 189 | 6.5 |  | 86 | 18″3 | 12″9 | 15 |
| **6** | 4'55" | 9.7 | 17″7 | 185 | 5.9 | 6 | 75 | 19″6 | 13″5 | 12 |
| **5** | 5'15" | 9.9 | 18″ | 180 | 5.3 | 5 | 64 | 20″8 | 14″1 | 9 |
| **4** | 5'35" | 10.1 | 18″3 | 175 | 5 | 4 | 60 | 21″6 | 14″5 | 8 |
| **3** | 5'55" | 10.3 | 18″6 | 170 | 4.6 | 3 | 53 | 22″9 | 15″ | 7 |
| **2** | 6'15" | 10.5 | 18″9 | 165 | 4.2 | 2 | 46 | 24″1 | 15″5 | 6 |
| **1** | 6'35" | 10.7 | 19″2 | 160 | 3.6 | 1 | 37 | 25″8 | 16″2 | 5 |

（二）女生测试项目评分标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 单项得分 | 800米（分、秒） | 50米跑 （秒） | 100米跑（秒） | 立定跳远（厘米） | 掷实心球（米） | 仰卧起坐（次/分钟） | 跳绳（次/1分钟） | 篮球运球（秒） | 足球运球（秒） | 排球垫球（次） |
| **10** | 3'25" | 7.9 | 15″4 | 202 | 7.8 | 52 | 172 | 12″ | 8″1 | 35 |
| **9.5** | 3'32" | 8 | 15″7 | 196 | 7.7 | 50 | 167 | 12″3 | 8″6 | 34 |
| **9** | 3'39" | 8.1 | 16″ | 190 | 7.6 | 48 | 160 | 12″8 | 9″4 | 32 |
| **8.5** | 3'47" | 8.4 | 16″3 | 183 | 7.5 | 45 | 153 | 13″4 | 10″2 | 30 |
| **8** | 3'55" | 8.7 | 16″6 | 176 | 7.4 | 42 | 143 | 14″1 | 11″3 | 28 |
| **7.8** | 4'00" | 8.9 | 16″9 | 173 | 7.2 | 40 | 133 | 14″8 | 12″3 | 25 |
| **7.6** | 4'05" | 9.1 | 17″2 | 170 | 7.1 | 38 | 129 | 15″5 | 12″7 | 24 |
| **7.4** | 4'10" | 9.3 | 17″5 | 167 | 7 | 36 | 123 | 16″6 | 13″3 | 22 |
| **7.2** | 4'15" | 9.5 | 17″8 | 164 | 6.9 | 34 | 117 | 17″7 | 14″ | 21 |
| **7** | 4'20" | 9.7 | 18″1 | 161 | 6.8 | 32 | 109 | 19″2 | 14″8 | 18 |
| **6.8** | 4'25" | 9.9 | 18″4 | 158 | 6.6 | 30 | 101 | 20″6 | 15″7 | 16 |
| **6.6** | 4'30" | 10.1 | 18″7 | 155 | 6.5 | 28 | 96 | 21″4 | 16″4 | 15 |
| **6.4** | 4'35" | 10.3 | 19″ | 152 | 6.4 | 26 | 88 | 22″6 | 17″5 | 14 |
| **6.2** | 4'40" | 10.5 | 19″3 | 149 | 6.3 | 24 | 80 | 23″9 | 18″6 | 13 |
| **6** | 4'45" | 10.7 | 19″6 | 146 | 6.2 | 22 | 69 | 25″5 | 20″1 | 11 |
| **5** | 4'55" | 10.9 | 19″9 | 141 | 6 | 20 | 58 | 27″1 | 21″6 | 9 |
| **4** | 5'05" | 11.1 | 20″2 | 136 | 5.8 | 18 | 54 | 27″8 | 22″ | 8 |
| **3** | 5'15" | 11.3 | 20″5 | 131 | 5.4 | 16 | 48 | 28″8 | 22″7 | 7 |
| **2** | 5'25" | 11.5 | 20″8 | 126 | 5 | 14 | 42 | 29″9 | 23″3 | 6 |
| **1** | 5'35" | 11.7 | 21″1 | 121 | 4.5 | 12 | 33 | 31″2 | 24″2 | 5 |

附件2：

2023年自治区初中学业水平体育与健康考试

项目测试办法与要求

一、掷实心球（必考项目）

（一）测试目的

测试学生的上肢爆发力。

（二）场地器材

长度在30米以上的平整场地一块，地质不限，在场地一端划一条直线作为起掷线。实心球若干，重量为2千克。

（三）测试方法

测试时受试者站在起掷线后，两脚前后或左右开立，身体面对投掷方向，双手举球至头上方稍后仰，原地用力将球投向前方掷出。如两脚前后开立投掷，当球出手的同时后脚可向前迈出一步，但不得踩线。每人投掷三次，记录其中成绩最好的一次。记录以米为单位，取一位小数。丈量起掷线后沿至球着地点后沿之间的垂直距离。为了准确丈量成绩，应有专人负责观察实心球的着地点。成绩记录方法和注意事项同投沙包。

二、立定跳远（必考项目）

（一）测试目的

测试学生下肢爆发力及身体协调能力的发展水平。

（二）场地器材

沙坑、丈量尺。沙面应与地面平齐，如无沙坑，可在土质松软的平地上进行。起跳线至沙坑近端不得少于30厘米。起跳地面要平坦，不得有坑凹。

（三）测试方法

受试者两脚自然分开站立，站在起跳线后，脚尖不得踩线 （最好用线绳做起跳线）。两脚原地同时起跳，不得有垫步或连跳动作。丈量起跳线后沿至最近着地点后沿的垂直距离。每人试跳三次，记录其中成绩最好一次。以米为单位，保留两位小数。

（四）注意事项

1.发现犯规时，此次成绩无效。三次试跳均无成绩者，应允许再跳，直至取得成绩为止。

2.受试者需穿平底运动鞋进行测试，穿皮鞋、凉鞋、钉鞋等不符合运动要求的鞋子，不得参加测试。

三、足球运球（必考项目）

（一）测试目的

测试学生综合身体素质和足球基本技能水平。

（二）场地器材

在坚实、平整场地或足球场上进行，测试区域长30米、宽 10米，起点线至第一杆距离为5米，各标志杆间距5米，共设5根标志杆，标志杆距两侧边线各5米（见示意图）。测试器材包括足球若干个（测试用球应符合国家标准）、秒表（使用前应进行校正，要求同50米跑）、30米卷尺、5根标志杆（杆高1.2米以上）。



（三）测试方法

受试者站在起点线后准备，听到“出发”口令后开始向前运球依次过杆，不得碰杆。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，受试者与球均返回终点线时停表。每人测试两次，记录其中最好的一次成绩。以秒为单位记录测试成绩，精确到小数点后一位，小数点后第二位数按非“0”进1原则进位。

（四）注意事项

测试过程中出现以下现象均属犯规行为，取消当次成绩：出发时抢跑、漏绕标志杆、碰倒标志杆、故意手球、未按要求完成全程路线等。

四、跳绳（选考项目）

（一）测试目的

测试学生的下肢爆发力和身体协调能力。

（二）场地器材

地面平整、干净的场地一块，地质不限。主要测试器材包括秒表、发令哨、各种长度的跳绳若干条。

（三）测试方法

两人一组，一人测试，一人记数。受试者将绳的长短调至适宜长度，听到“开始”口令后开始跳绳，动作规格为正摇双脚跳绳，每跳跃一次且摇绳一回环（一周圈），计为一次。听到“结束”口令后停止，测试员报数并记录受试者在1分钟内的跳绳次数。测试单位为次。

（四）注意事项

1.测试过程中跳绳绊脚，除该次不计数外，应继续进行。

2.受试者需穿平底运动鞋进行测试，穿皮鞋、凉鞋、钉鞋等不符合运动要求的鞋子，不得参加测试。

附件3：

2023年自治州初中学业水平体育与健康考试

特殊考生登记表

学校（盖章）：

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 姓名 | 准考证号 | 申报免考原因 | 备注 |
| 1 |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |
| … |  |  |  |  |

|  |
| --- |
| 附件4： |
| 自治州初中学业水平体育与健康考试成绩登记表 |
| 县（市） 学校 班级 编组 编号 |
| 考生姓名 |  | 性别 |  | 照片 |
| 身份证号 |  | 民族 |  |
| 准考证号 |  |  |
| 考试时间 |  |  |
| 考试地点 |  |  |
| 项 目 | 成绩 | 得分 | 等级 | 考评组长签字 |
| 1 | 掷实心球 |  |  |  |  |
|  |
|  |
| 2 | 立定跳远 |  |  |  |  |
|  |
|  |
| 3 | 足球运球 |  |  |  |  |
|  |
| 4 | 跳绳 |  |  |  |  |
| 四项成绩总分 |  |  |  |
| 考务长签字 |  | 县市教科（育）局公章 |  |  |
| 备注 |   |

|  |
| --- |
| 附件5： |
| 自治州初中学业水平体育与健康考试成绩汇总表 |
| 县（市）： | 学校： | 领导签字： | 纪检监察部门（审核盖章）： |
| 序号 | 学校名称 | 班级名称 | 准考证号 | 身份证号 | 姓名 | 性别 | 民族 | 总分 | 总等级 | 考试状态 | 1000米（男） | 800米（女） | 掷实心球 | 立定跳远 | 足球运球 | 跳绳 | 备注 |
| 成绩 | 得分 | 等级 | 成绩 | 得分 | 等级 | 成绩 | 得分 | 等级 | 成绩 | 得分 | 等级 | 成绩 | 得分 | 等级 | 成绩 | 得分 | 等级 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |
| --- |
| 附件6： |
| 自治州初中学业水平体育与健康考试免试申请表 |
| 县（市） 学校 班级 编组 编号 |
| 姓名 |  | 性别 |  | 照片 |
| 身份证号 |  | 民族 |  |
| 准考证号 |  |
| 申请免试类别 |  |
| 免试类型 | 1、因残疾丧失运动能力，不属于参加体育考试的对象。 |
| 2、因病、伤长期免修体育课，确实不能参加体育考试。 |
| 申请理由 |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 签字： |  |
| 家长意见 |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 签字： |  |
| 学校意见 |  | 县市人民医院意见 |  | 教科（育）局意见 |  |
| 年 月 日 | 年 月 日 | 年 月 日 |
| 注：此表需加盖学校印章 |

|  |
| --- |
| 附件7： |
| 自治州初中学业水平体育与健康考试巡考人员推荐表 |
| 县（市）： | 领导签字（公章）： |
| 序号 | 单位 | 姓名 | 职务 | 联系电话 | 备注 |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |