

附件 1

昆明市新迎中学体育传统项目学校招收体育尖子学生篮球

初升高专项考核项目及评分表

一、考核项目

1. 半场运球上篮测试方法：测试者由球场右侧边线与中线交点处开始，同时计时，面向球篮以右手运球上篮（投篮手不限），球投中篮后（不中篮需补中），仍以右手运球至另一侧边线与中线交点处运球转身，换左手运球上篮（投篮手不限），投球中篮后（不中篮需补中），仍以左手运球回到原起点处，重复上述过程一次，运球至起点处停表。得分见评分表。

注：左右同侧手运球上篮，如未区分，一次扣 1 分。

2. 1 分钟中距离投篮测试方法：以篮圈为中心，以该点为半径化一圆弧，测试者在圆弧外自由选择投篮点投篮，1 分钟内自投自抢完成测试。得分见评分表

3. 单脚助跑摸高测试方法：测试者单脚助跑摸高，每人测试两次，以较高的一次计入成绩，助跑距离和助跑方法不限。得分见评分表。

4. 全场四线折返跑测试方法：测试者从一侧底线外沿开始，跑至罚分线、中线、对场罚分线、对场底线依序四条线单脚踩线后返回至起点计时。得分见评分表。

5. 全场 5 对 5（或人数不够时半场 3 对 3）测试方法：测试者按男女分组进行全场 5 对 5（或半场 3 对 3）对抗比赛，采用国际篮联审定的最新篮球规则，以测试者所掌握的篮球比赛意识、拼搏能力，篮球技术、战术的运用能力，合理防守、移动速度能力进行综合测评。

二、考核评分表

注：身高加分事宜（在专项总分上加分）

项 目 姓 别	半场运球上 篮 (左右手区 分运球) (20 分)		1 分钟移 动投篮 (15 分)		助跑摸高 (10 分)		全场四线折返 跑 (10 分)		比赛 (15 分)
	成绩	得 分	成 绩	得 分	成 绩	得 分	成 绩	得 分	
男	33 ‘’	20	6	15	315	10	29 ‘’	10	
女	36 ‘’	20	6	15	280	10	32 ‘’	10	
男	34 ‘’	18	5	13	310	8	30 ‘’	9	
女	37 ‘’	18	5	13	275	8	33 ‘’	9	
男	35 ‘’	16	4	12	305	7	31 ‘’	8	
女	38 ‘’	16	4	12	270	7	34 ‘’	8	
男	36 ‘’	14	3	10	300	6	32 ‘’	7	
女	39 ‘’	14	3	10	265	6	35 ‘’	7	
男	37 ‘’	12	2	8	295	5	33 ‘’	6	
女	40 ‘’	12	2	8	260	5	36 ‘’	6	
男	38 ‘’	10	1	6	290	4	34 ‘’	5	
女	41 ‘’	10	1	6	255	4	37 ‘’	5	
	以后	6			以下	3	以下	4	

男子：身高 185cm（含）以上加 1 分，190cm（含）以上加 3 分，195cm（含）以上加 5 分；

女子：身高 175cm（含）以上 1 分，178cm（含）以上 3 分，181cm（含）以上 5 分。

附件 2

2023 年昆明市新迎中学体育传统项目学校考试

身体素质考核标准（初中升高中）

1. 100m

男				女			
成绩	分值			成绩	分值		
12" 0	10	14" 0	5	13" 5	10	15" 5	5
12" 2	9. 5	14" 2	4. 5	13" 7	9. 5	15" 7	4. 5
12" 4	9	14" 4	4	13" 9	9	15" 9	4
12" 6	8. 5	14" 6	3. 5	14" 1	8. 5	16" 1	3. 5
12" 8	8	14" 8	3	14" 3	8	16" 3	3
13" 0	7. 5	15" 0	2. 5	14" 5	7. 5	16" 5	2. 5
13" 2	7	15" 2	2	14" 7	7	16" 7	2
13" 4	6. 5	15" 4	1. 5	14" 9	6. 5	16" 9	1. 5
13" 6	6	15" 6	1	15" 1	6	17" 1	1
13" 8	5. 5			15" 3	5. 5		

2. 800m

男				女			
成绩	分值			成绩	分值		
2' 35"	10	3' 25"	5	2' 55"	10	3' 45"	5
2' 40"	9. 5	3' 30"	4. 5	3' 00"	9. 5	3' 50"	4. 5
2' 45"	9	3' 35"	4	3' 05"	9	3' 55"	4
2' 50"	8. 5	3' 40"	3. 5	3' 10"	8. 5	4' 00"	3. 5
2' 55"	8	3' 45"	3	3' 15"	8	4' 05"	3
3' 00"	7. 5	3' 50"	2. 5	3' 20"	7. 5	4' 10"	2. 5
3' 05"	7	3' 55"	2	3' 25"	7	4' 15"	2
3' 10"	6. 5	4' 00"	1. 5	3' 30"	6. 5	4' 20"	1. 5
3' 15"	6	4' 05"	1	3' 35"	6	4' 25"	1
3' 20"	5. 5			3' 40"	5. 5		

3. 立定跳远

男		女	
成绩 (m)	分值	成绩 (m)	分值
2.50	10	2.00	5
2.45	9.5	1.95	4.5
2.40	9	1.90	4
2.35	8.5	1.85	3.5
2.30	8	1.80	3
2.25	7.5	1.75	2.5
2.20	7	1.70	2
2.15	6.5	1.65	1.5
2.10	6	1.60	1
2.05	5.5		