

2025 年荆州市体育特长生各项目测试 细则及评分标准

第 1 项 田径

一、测评指标与所占分值

类别	测试内容	分值
专项素质	50 米	20
	立定跳远	20
专项技能	自选专项	60
总分		100

二、测试方法和评分标准

(一) 专项素质

1.50 米跑

(1) 测试方法：考生应以站立式起跑，抢跑犯规取消测试资格。记取成绩采用电动计时或手计时。采用手计时，每道必须由三名计时员计取成绩，所计成绩的中间值或相同值为最终成绩。每人测试 1 次。

(2) 评分标准：见附表 1-1 田径专项素质评分标准。

2.立定跳远

(1) 测试方法：静止开始，垫步、脚踩线成绩无效。每人测试 3 次，取最优成绩。

(2) 评分标准：见附表 1-1 田径专项素质评分标准。

(二) 专项技能

1.考生只能在 100 米、200 米、400 米、800 米、1500 米、110 米栏（栏高 0.914 米，栏间距 8.9 米）、100 米栏（栏高 0.762 米，栏间距 8.0 米）、跳高、跳远、三级跳远、铅球（男 4kg、女子 3kg）、铁饼（男女 1kg）、标枪（男子 600k、女子 500k）中选择一个项目进行考

试。

2.径赛中 800米、1500米采用站立式起跑，其余必须蹲踞式。测试要求参照 50 米，记取成绩换算成得分。

3.田赛远度、高度项目测试时，每人均有三次试跳或试投机会，记取最好成绩换算成得分。

4.相关评分标准见附表 1-2、1-3。

5.完赛成绩评分低于 20 分，记为 10 分。

附表 1-1 田径专项素质评分标准（单位：秒、厘米）

分值	50 米		分值	立定跳远	
	男	女		男	女
20	6.8	7.6	20	270	206
19	6.9	7.7	19	265	200
18	7	7.8	18	260	194
17	7.1	8.1	17	253	187
16	7.2	8.4	16	245	180
15	7.4	8.6	15	241	177
14	7.6	8.8	14	237	174
13	7.8	9	13	233	171
12	8	9.2	12	229	168
11	8.2	9.4	11	225	165
10	8.4	9.6	10	221	162
9	8.6	9.8	9	217	159
8	8.8	10	8	213	156
7	9	10.2	7	209	153
6	9.2	10.4	6	205	150
5	9.4	10.6	5	200	145
4	9.6	10.8	4	195	140
3	9.8	11	3	190	135
2	10	11.2	2	185	130
1	10.2	11.4	1	180	125

附表 1-2 径赛评分表 (单位: 秒)

分 值	100 米		200 米		400 米		800 米		1500 米		跨 栏	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	110 米 栏	100 米 栏
60	11.34	12.68	23.04	26.44	51.65	1:00.7	1:59.52	2:20.70	4:06.4	4:51.3	15.56	15.10
59	11.38	12.71	23.12	26.52	51.79	1:01.0	1:59.86	2:21.20	4:07.2	4:52.7	15.62	15.16
58	11.42	12.74	23.20	26.60	51.94	1:01.2	2:00.20	2:21.70	4:08.0	4:54.0	15.68	15.22
57	11.46	12.77	23.28	26.68	52.09	1:01.5	2:00.54	2:22.20	4:08.8	4:55.4	15.75	15.28
56	11.50	12.8	23.36	26.76	52.24	1:01.7	2:00.88	2:22.80	4:09.6	4:56.8	15.82	15.34
55	11.54	12.84	23.44	26.84	52.39	1:01.9	2:01.22	2:23.30	4:10.5	4:58.1	15.89	15.40
54	11.58	12.88	23.52	26.92	52.54	1:02.2	2:01.56	2:23.80	4:11.4	4:59.5	15.96	15.46
53	11.62	12.92	23.60	27.00	52.69	1:02.4	2:01.90	2:24.40	4:12.3	5:00.9	16.03	15.53
52	11.66	12.96	23.68	27.08	52.84	1:02.7	2:02.24	2:24.90	4:13.2	5:02.3	16.10	15.60
51	11.70	13.00	23.76	27.16	52.99	1:02.9	2:02.58	2:25.50	4:14.1	5:03.6	16.17	15.67
50	11.74	13.04	23.84	27.24	53.14	1:03.1	2:03.00	2:26.00	4:15.0	5:05.0	16.24	15.74
49	11.77	13.06	23.89	27.30	53.25	1:03.3	2:03.42	2:26.30	4:15.8	5:05.8	16.30	15.78
48	11.80	13.09	23.94	27.36	53.36	1:03.5	2:03.85	2:26.60	4:16.6	5:06.7	16.36	15.82
47	11.83	13.12	23.99	27.42	53.47	1:03.6	2:04.28	2:26.90	4:17.5	5:07.5	16.42	15.86
46	11.86	13.15	24.04	27.48	53.58	1:03.8	2:04.71	2:27.20	4:18.3	5:08.3	16.48	15.90
45	11.89	13.18	24.09	27.54	53.69	1:03.9	2:05.14	2:27.50	4:19.1	5:09.1	16.54	15.94
44	11.92	13.21	24.15	27.6	53.80	1:04.1	2:05.56	2:27.80	4:19.9	5:10.0	16.60	15.98
43	11.95	13.24	24.21	27.66	53.91	1:04.3	2:05.98	2:28.10	4:20.8	5:10.8	16.66	16.02
42	11.98	13.27	24.27	27.72	54.02	1:04.4	2:06.41	2:28.40	4:21.6	5:11.6	16.72	16.06
41	12.01	13.30	24.33	27.78	54.13	1:04.6	2:06.84	2:29.00	4:22.4	5:12.5	16.78	16.10
40	12.04	13.33	24.39	27.84	54.24	1:04.7	2:07.27	2:29.40	4:23.3	5:13.3	16.84	16.14
39	12.07	13.36	24.45	27.90	54.35	1:04.9	2:07.70	2:29.80	4:24.1	5:14.1	16.90	16.19
38	12.10	13.39	24.51	27.96	54.46	1:05.1	2:08.13	2:30.20	4:24.9	5:15.0	16.96	16.24
37	12.13	13.42	24.57	28.02	54.57	1:05.2	2:08.56	2:30.60	4:25.7	5:15.8	17.02	16.29
36	12.16	13.45	24.63	28.08	54.69	1:05.4	2:08.99	2:31.00	4:26.6	5:16.6	17.08	16.34
35	12.19	13.48	24.69	28.14	54.81	1:05.5	2:09.42	2:31.40	4:27.4	5:17.4	17.14	16.39
34	12.22	13.51	24.76	28.21	54.93	1:05.7	2:09.85	2:31.80	4:28.2	5:18.3	17.20	16.44
33	12.25	13.54	24.83	28.28	55.05	1:05.9	2:10.28	2:32.20	4:29.1	5:19.1	17.26	16.49

32	12.28	13.57	24.90	28.35	55.17	1:06.1	2:10.72	2:32.60	4:29.9	5:19.9	17.32	16.54
31	12.31	13.60	24.97	28.42	55.29	1:06.2	2:11.16	2:33.00	4:30.8	5:20.8	17.38	16.59
30	12.34	13.64	25.04	28.49	55.41	1:06.4	2:11.60	2:33.40	4:31.6	5:21.6	17.44	16.64
29	12.37	13.68	25.11	28.56	55.53	1:06.6	2:12.04	2:33.86	4:32.4	5:22.4	17.50	16.70
28	12.40	13.72	25.18	28.63	55.65	1:06.7	2:12.48	2:34.32	4:33.3	5:23.3	17.56	16.76
27	12.43	13.76	25.25	28.70	55.77	1:06.9	2:12.92	2:34.78	4:34.1	5:24.1	17.62	16.82
26	12.46	13.80	25.32	28.77	55.89	1:07.1	2:13.36	2:35.24	4:35.0	5:25.0	17.68	16.88
25	12.49	13.84	25.39	28.84	56.01	1:07.2	2:13.80	2:35.70	4:35.8	5:25.8	17.74	16.94
24	12.52	13.88	25.46	28.92	56.13	1:07.4	2:14.24	2:36.16	4:36.6	5:26.6	17.80	17.00
23	12.55	13.92	25.53	29.00	56.25	1:07.6	2:14.68	2:36.62	4:37.5	5:27.5	17.86	17.06
22	12.58	13.96	25.60	29.08	56.38	1:07.8	2:15.12	2:37.08	4:38.3	5:28.3	17.92	17.12
21	12.61	14.00	25.67	29.16	56.51	1:08.0	2:15.56	2:37.54	4:39.2	5:29.2	17.98	17.18
20	12.64	14.04	25.74	29.24	56.64	1:08.1	2:16.00	2:38.00	4:40.0	5:30.0	18.24	17.24

表 1-3 田赛评分表 (单位: 米)

分 值	跳高		跳远		三级跳远		铅球		铁饼		标枪	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
60	1.90	1.64	6.90	5.53	14.38	11.68	14.06	13.70	42.70	43.88	58.00	43.68
59	\	\	6.86	5.50	14.31	11.62	13.91	13.58	42.23	43.40	57.40	43.12
58	1.89	1.63	6.82	5.47	14.24	11.56	13.76	13.46	41.76	42.92	56.70	42.56
57	1.88	1.62	6.78	5.44	14.16	11.49	13.61	13.34	41.29	42.43	56.00	41.99
56	\	1.61	6.74	5.41	14.08	11.42	13.46	13.22	40.82	41.94	55.30	41.42
55	1.87	1.60	6.70	5.38	14.00	11.35	13.30	13.10	40.35	41.45	54.60	40.85
54	1.86	1.59	6.66	5.35	13.92	11.28	13.14	12.98	39.88	40.96	53.90	40.28
53	\	\	6.62	5.32	13.84	11.21	12.98	12.86	39.41	40.47	53.20	39.71
52	1.85	1.58	6.58	5.28	13.76	11.14	12.82	12.74	38.94	39.98	52.50	39.14
51	1.84	1.57	6.54	5.24	13.68	11.07	12.66	12.62	38.47	39.49	51.80	38.57
50	1.83	1.56	6.50	5.20	13.60	11.00	12.50	12.50	38.00	39.00	51.00	38.00
49	1.82	\	6.48	5.19	13.56	10.96	12.45	12.43	37.80	38.74	50.60	37.74
48	1.81	1.55	6.46	5.18	13.52	10.92	12.40	12.36	37.60	38.48	50.20	37.48
47	\	\	6.44	5.17	13.48	10.88	12.35	12.29	37.40	38.22	49.80	37.22
46	1.80	1.54	6.42	5.16	13.44	10.84	12.30	12.22	37.20	37.96	49.40	36.96

45	1.79	\	6.40	5.15	13.40	10.79	12.25	12.15	37.00	37.70	49.00	36.70
44	\	1.53	6.38	5.13	13.36	10.74	12.20	12.07	36.80	37.44	48.60	36.44
43	1.78	\	6.36	5.11	13.32	10.69	12.15	11.99	36.60	37.18	48.20	36.18
42	1.77	1.52	6.34	5.09	13.28	10.64	12.10	11.91	36.40	36.92	47.80	35.92
41	1.76	\	6.32	5.07	13.24	10.59	12.05	11.83	36.20	36.66	47.40	35.66
40	1.75	1.51	6.30	5.05	13.20	10.54	12.00	11.75	36.00	36.40	47.00	35.40
39	\	\	6.27	5.03	13.15	10.49	11.90	11.67	35.70	36.14	46.50	35.14
38	1.74	1.50	6.24	5.01	13.10	10.44	11.80	11.59	35.40	35.88	46.00	34.88
37	1.73	\	6.21	4.99	13.05	10.39	11.70	11.51	35.10	35.62	45.50	34.62
36	1.72	1.49	6.18	4.97	13.00	10.34	11.60	11.43	34.80	35.36	45.00	34.36
35	1.71	\	6.15	4.95	12.95	10.29	11.50	11.35	34.50	35.10	44.50	34.10
34	1.70	1.48	6.12	4.92	12.90	10.24	11.40	11.26	34.20	34.83	44.00	33.83
33	1.69	\	6.09	4.89	12.85	10.18	11.30	11.17	33.90	34.56	43.50	33.56
32	1.68	1.47	6.06	4.86	12.80	10.12	11.20	11.08	33.60	34.29	43.00	33.29
31	1.67	\	6.03	4.83	12.75	10.06	11.10	10.99	33.30	34.02	42.50	33.02
30	1.66	1.46	6.00	4.80	12.70	10.00	11.00	10.90	33.00	33.75	42.00	32.75
29	\	\	5.96	4.77	12.64	9.94	10.85	10.81	32.60	33.48	41.40	32.48
28	1.65	1.45	5.92	4.74	12.58	9.88	10.70	10.72	32.20	33.21	40.80	32.21
27	1.64	\	5.88	4.71	12.52	9.82	10.55	10.63	31.80	32.94	40.20	31.94
26	\	1.44	5.84	4.68	12.46	9.76	10.40	10.54	31.40	32.67	39.60	31.67
25	1.63	\	5.80	4.65	12.40	9.70	10.25	10.45	31.00	32.40	39.00	31.40
24	1.62	1.43	5.76	4.62	12.34	9.64	10.10	10.36	30.60	32.12	38.40	31.12
23	\	\	5.72	4.59	12.28	9.58	9.95	10.27	30.20	31.84	37.80	30.84
22	\	1.42	5.68	4.56	12.22	9.52	9.80	10.18	29.80	31.56	37.20	30.56
21	1.61	1.41	5.64	4.53	12.16	9.46	9.65	10.09	29.40	31.28	36.60	30.28
20	1.60	1.40	5.60	4.50	12.10	9.40	9.50	10.00	29.00	31.00	36.00	30.00

第 2 项 足球

一、非守门员测评指标与所占分值

类别	测试内容	分值
专项技术	综合技术能力测试	60
实战能力	实战比赛	40
总分		100

二、测试方法和评分标准

(一)综合技术能力测试（60 分）

男女子综合技术能力测试的场区，分别如图 2-1、2-2 所示，测试路线示意图如图 2-3 所示。

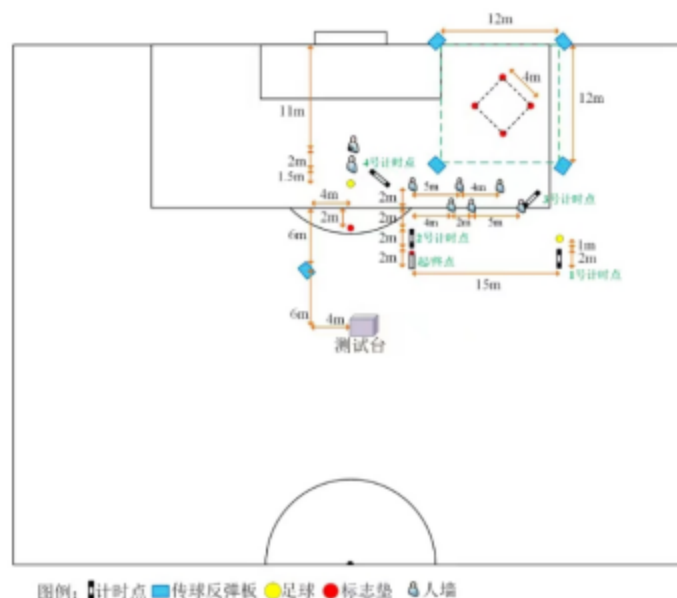


图 2-1 男子综合技术能力测试场区示意图

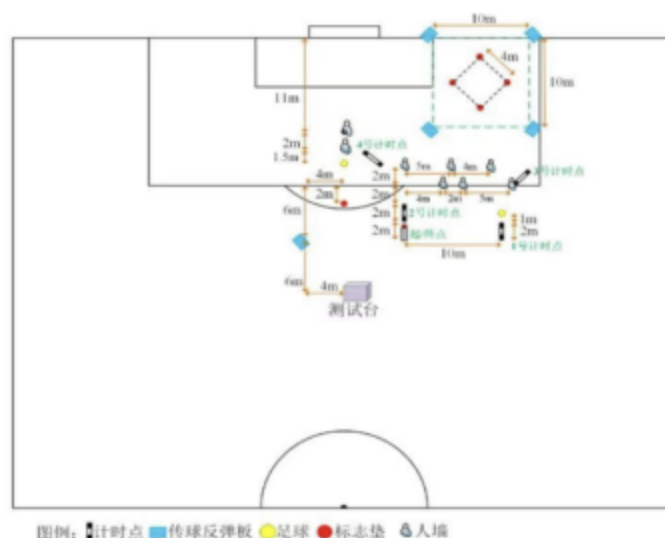


图 2-2 女子综合技术能力测试场区示意图

1. 测试流程

- (1) 球员从起点处出发，人动开始计时；
- (2) 首先进行无球冲刺跑测试，绕过标志物；
- (3) 拿球后进行直线带球跑测试，绕过标志物；
- (4) 进行运球变向，绕过 6 个标志物；
- (5) 在规定的 4m×4m 传球区域内，按照反弹板（角度为垂直）顺序（或指示灯亮灭）进行传接球测试，共传接 4 次后向⑤号点方向运球；
- (6) 运球前进，在规定位置（⑤号点位）之前，向反弹板（角度为倾斜）传球，然后接空中球；
- (7) 接空中球后向⑥号点方向运球，绕过两个标志物进行第一次射门测试，第一次射门结束后跑回⑥号待测区，再次带球绕过两个标志物进行第二次射门测试，要求两次射门左右脚各 1 次；射门测试结束后，冲刺返回起点，通过终点，结束计时。



图 2-3 综合技术能力测试路线示意图

2. 测试要求

- (1) 测试过程中，凡是未按指定路线穿过各标志物，成绩均无效；
- (2) 运球变向测试中不能漏桶，球和身体可触碰标志桶，但不能碰倒，否则成绩无效；
- (3) 传接球测试中，必须在规定区域内传球，接球区域不限。若未在规定区域内传球，需重新运球回到区域内，再次向同一反弹板传球。若传球未击中反弹板，需运球回到规定区域内，再次向同一反弹板传球，直到击中；

(4) 每射入一球得 3 分，射中目标布得 1 分，未射中球门范围内不得分；整个测试不允许用手触球，否则成绩无效；每人 2 次测试机会，取最好成绩。

3. 评分标准：见附表 2-1 足球男女子综合技术测试评分标准。

(二) 实战能力（40 分）

1. 测试方法：视考生人数分队进行比赛。

2. 评分标准：考官参照附表 2-2 足球非守门员实战能力评分细则，独立对考生的技术能力、战术能力、心理素质以及比赛作风等方面进行综合评定。本项目分值 40 分，分数至多可到小数点后 1 位，最终得分为各考官评分的平均值。

三、守门员测试指标与所占分值

类别	测试内容	分值
专项素质	立定三级跳远	20
专项技术	掷远与踢远	20
	扑接球	20
实战能力	实战比赛	40
总分		100

四、测试方法和评分标准

（一）立定三级跳远（20 分）

1. 测试方法：考生原地双脚站立在起跳线后，起跳线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。

2. 评分标准：见附表 2-3 足球立定三级跳远、掷远与踢远评分标准。

（二）掷远与踢远（20 分）

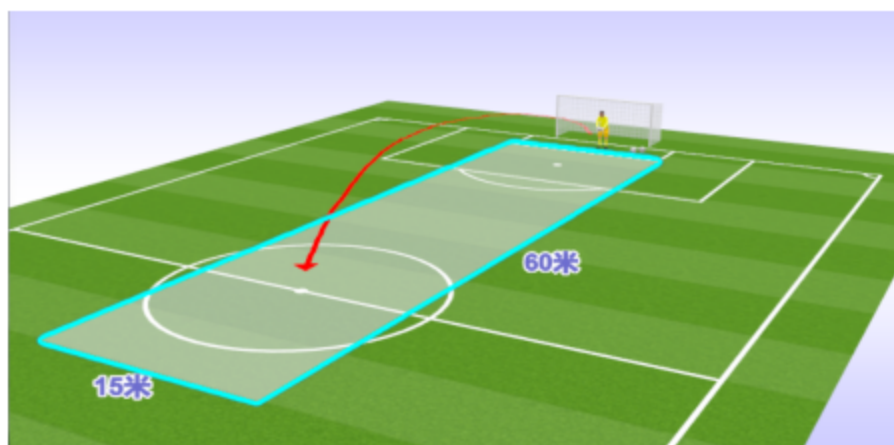


图 2-4 掷远与踢远场地示意图

1. 测试方法：在球场适当位置画一条 15 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 60 米以上平行直线作为测试区纵长，标出距离数。考生站在起

点线后, 先将球以手掷远 2 次 (允许戴手套进行), 然后用脚踢远 2 次 (采用踢凌空球、反弹球、定位球等方法不限), 各取其中最好一次成绩相加为最终成绩, 每次掷、踢球的落点必须在测试区横宽以内, 否则不计成绩。场地示意图见图 2-4。

2. 评分标准: 见附表 2-3 足球立定三级跳远、掷远与踢远评分标准。

(三) 扑接球 (20 分)



图 2-5 守门员扑接球考试出球位置示意图

1. 测试方法: 考生守门, 扑接 6 个 (左右两侧各 3 次) 来自罚球区线外射中球门的有效射门球 (含地滚球、半高球、高球以及需要倒地扑救的球)。考生运用技术动作 (接高球、拳击球、托球) 出击接 4 个 (左右两侧各 2 次) 来自罚球区两侧线外的有效传中球。出球位置见图 2-5。

2. 评分标准: 考评员参照附表 2-4 足球扑接球评分细则, 独立对考生进行技术技能评定, 分数至多可到小数点后 1 位。

(四) 实战能力 (40 分)

1. 考试方法: 视考生人数分队进行比赛。

2. 评分标准: 考评员参照附表 2-5 足球守门员实战能力评分细则, 独立对考生的技术能力、战术能力、心理素质以及比赛作风等方面进行综合评定。本测试项目分值 40 分, 分数至多可到小数点后 1 位, 最终得分为各考官评分的平均值。

附表 2-1 足球男女子综合技术测试评分标准（单位：秒）

分值	成绩	分值	成绩	分值	成绩	分值	成绩
60	45.00	47	51.50	34	59.00	21	71.00
59	45.50	46	52.00	33	60.00	20	72.00
58	46.00	45	52.50	32	60.50	19	73.00
57	46.50	44	53.00	31	61.00	18	74.00
56	47.00	43	53.50	30	62.00	17	75.00
55	47.50	42	54.00	29	63.00	16	76.00
54	48.00	41	55.00	28	64.00	15	77.00
53	48.50	40	55.50	27	65.00	14	78.00
52	49.00	39	56.00	26	66.50	13	79.00
51	49.50	38	57.00	25	67.00	12	80.00
50	50.00	37	57.50	24	68.00	11	81.00
49	50.50	36	58.00	23	69.00	10	82.00
48	51.00	35	58.50	22	70.00		

附表 2-2 足球非守门员实战能力评分细则

分值	评分标准
40~35 分	战术意识水平表现突出，攻守职责完成很好，具有很好的阅读比赛能力；对抗情况下技术动作运用及完成合理、规范；比赛作风顽强、心理状态稳定
34~26 分	战术意识水平表现良好，攻守职责完成良好，具有良好的阅读比赛能力；对抗情况下技术动作运用较合理，完成动作较规范；比赛作风良好、心理状态稳定
25~16 分	战术意识水平表现一般，攻守职责完成一般，阅读比赛能力一般；对抗情况下技术动作运用基本合理，完成动作基本规范，比赛作风较好、心理状态有波动
16 分以下	战术意识水平表现差，攻守职责不清楚，不具有基本阅读比赛的能力；对抗情况下技术动作运用不合理，完成动作不规范，比赛作风一般、心理状态不稳定

附表 2-3 足球立定三级跳远、掷远与踢远评分标准（单位：米）

分值	立定三级跳远		掷远与踢远		分值	立定三级跳远		掷远与踢远	
	男	女	男	女		男	女	男	女

20	8.6	7.4	80	65	10	7.6	6.4	55	40
19	8.5	7.3	\	\	9	7.5	6.3	\	\
18	8.4	7.2	75	60	8	7.4	6.2	50	35
17	8.3	7.1	\	\	7	7.3	6.1	\	\
16	8.2	7.0	70	55	6	7.2	6.0	45	30
15	8.1	6.9	\	\	5	7.1	5.9	40	25
14	8.0	6.8	65	50	4	7.0	5.8	35	20
13	7.9	6.7	\	\	3	6.9	5.7	30	15
12	7.8	6.6	60	45	2	6.8	5.6	25	10
11	7.7	6.5	\	\	1	6.7	5.5	20	5

附表 2-4 足球扑接球评分细则

分值	评分标准
20~16 分	技术动作规范，动作运用合理，选位意识好，身体移动快速、协调
15~11 分	技术动作规范，动作运用较合理，选位意识较好，身体移动快速、协调
10~6 分	技术动作基本规范，动作运用较合理，选位意识尚可，身体移动较快、较协调
6 分以下	技术动作不规范，动作运用不合理，选位意识较差，身体移动较慢、不协调

表 2-5 足球守门员实战能力评分细则

分值	评分标准
40~35 分	战术意识水平表现突出，攻守职责完成很好；对抗情况下技术动作运用及完成合理、规范；比赛作风顽强、心理状态稳定
34~26 分	战术意识水平表现良好，攻守职责完成良好；对抗情况下技术动作运用较合理、完成动作较规范；比赛作风良好、心理状态稳定

25~16 分	战术意识水平表现一般，攻守职责完成一般；对抗情况下技术动作运用基本合理、完成动作基本规范；比赛作风较好、心理状态有波动
16 分以下	战术意识水平表现差，攻守职责不清楚；对抗情况下技术动作运用不合理、完成动作不规范；比赛作风一般、心理状态不稳定

第 3 项 篮球

一、测评指标与所占分值

类别	测试内容	分值
专项素质	助跑摸高	15
专项技能	1 分钟投篮	20
	多种变向运球上篮	25
实战能力	比赛	40
总分		100

二、测试方法和评分标准

（一）专项素质

1. 助跑摸高

（1）考试方法：考生助跑起跳摸高，单手触摸最高点计其成绩。每人测两次，取最好一次成绩（精确到厘米）。助跑距离和助跑方法不限。

（2）评分标准：见附表 3-1 篮球助跑摸高评分标准。

（二）专项基本技术

1. 1 分钟投篮

(1) 考试方法：以篮圈中心投影点为圆心，男生以 5.5 米为半径画弧，女生以 4.225 米为半径画弧，在弧线外进行 1 分钟自投自抢，投篮方式不限，记投中分数，每人测两次，取最好一次成绩。

(2) 评分标准：见附表 3-2 篮球 1 分钟投篮评分标准。

2. 多种变向运球上篮

(1) 测试方法：考生在球场端线中点站立，面向前场，用右手运球至①处，以考生起动跑开始计时，在①处做背后运球变向，换左手向②处运球，至②处做左手后转身运球变向，换右手运球至③处，右手胯下运球后右手上篮。球中篮后方可用左手运球返回③处，做背后运球，换右手运球至②处做右手后转身运球变向，运球至①处左手胯下运球后左手上篮。球中后做同样动作再重复一次，回到原处停表。(如图 3-1 所示) 篮球场地上的标志①、②、③为以 40 厘米为半径的圆圈，①、③到端线的距离为 6 米、到边线的距离为 2 米。②在中线上并到中圈中心距离为 2.8 米。要求考生在考试时必须任意一脚踩到圆圈线或圆圈内地面，方可变向，否则视为无效，不予计分；运球上篮时球须投中，投不进可进行补投，若球不中仍继续带球前进，视为无效，也不予计分。运球后转身时不得持球转身，否则计时加 0.5 秒。原则上考生左右手各上篮两次，若违反规则，一次追加 0.5 秒。每人测试两次，取最好一次成绩。

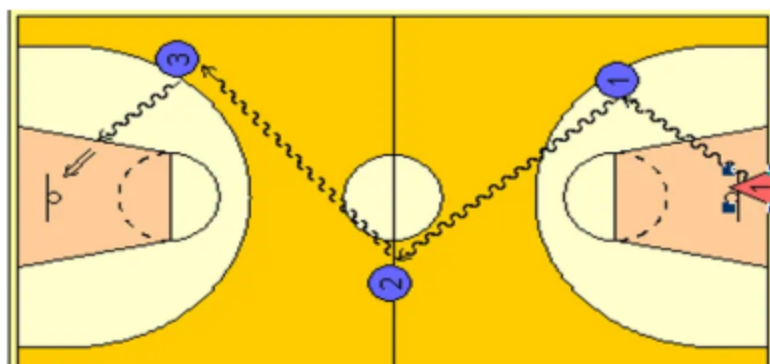


图 3-1

(2) 评分标准：见附表 3-3 篮球多种变向运球上篮评分标准。

(三) 实战能力（比赛）

(1) 考试方法：按照篮球比赛规则，以考生人数分队进行比赛，考生根据自己所处的位置充分施展个人的攻、防技战术能力，考试人员对每个考生进行评分。

(2) 评分标准：见附表 3-4 篮球实战能力评分标准。

附表 3-1 篮球助跑摸高评分标准（单位：米）

分值	成绩		分值	成绩	
	男子	女子		男子	女子
15	3.35	2.90	8	3.07	2.60
14	3.31	2.86	7	3.03	2.58
13	3.27	2.82	6	2.99	2.50
12	3.23	2.78	5	2.89	2.47
11	3.19	2.74	4	2.80	2.40
10	3.15	2.70	0	2.80 以下	2.40 以下
9	3.11	2.65			

附表 3-2 篮球 1 分钟投篮评分标准（单位：个）

男女成绩	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
分值	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2

附表 3-3 篮球多种变向运球上篮评分标准表（单位：秒）

分值	成绩		分值	成绩	
	男	女		男	女
25	39.00	42.00	13	48.76	54.79
24	39.62	42.87	12	49.73	55.95
23	40.26	43.76	11	51.36	57.83
22	40.93	44.69	10	52.58	59.20

21	41.62	45.64	9	54.74	61.53
20	42.35	46.62	8	56.50	63.33
19	43.11	47.64	7	60.11	66.75
18	44.08	48.91	6	65.37	68.57
17	44.76	49.79	5	70.35	71.75
16	45.47	50.71	4	74.00	75.00
15	46.61	52.16	0	74 以上	75 以上
14	47.43	53.17			

表 3-4 篮球实战能力评分标准表

分值	评分标准
40~36 分	动作正确,协调、连贯、实效;技术运用合理、运用效果好;战术配合意识强、实战效果较好;场上表现良好的拼搏精神和团队意识
35~30 分	动作正确,协调; 技术运用较合理、运用效果较好;战术配合意识较强、实战效果较好;场上表现较好的拼搏精神和团队意识
29~24 分	动作基本正确,协调;技术运用基本合理、运用效果一般;战术配合意识一般、效果一般;场上表现的拼搏精神和团队意识一般
23 分以下	动作不正确,不协调;技术动作不合理、运用效果差;战术配合意识差、效果较差;综合能力差