

温州市鹿城区教育局 文件

温州市教育局直属中学招生办公室

温鹿教〔2021〕16 号

关于印发 2021 年市局直属学校和鹿城区 初中毕业生体育学业考试实施办法的通知

市局直属学校，鹿城区初中、直属单位：

现将《2021 年市局直属学校和鹿城区初中毕业生体育学业考试实施办法》印发给你们，请遵照执行。

温州市鹿城区教育局

温州市教育局直属中学招生办公室

2021 年 3 月 4 日

2021 年市局直属学校和鹿城区初中毕业生 体育学业考试实施办法

为认真贯彻落实《学校体育工作条例》和《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》，根据《温州市 2021 年初中毕业生体育学业考试实施办法》（温教体【2021】10 号）文件精神，进一步做好我市直属学校和鹿城区初中毕业生体育学业考试工作，特制订本办法。

一、原则和目的

体育学业考试关乎学生体质健康和终身幸福，关乎学生和家长的切身利益，关乎教育公平和社会稳定，必须坚持“公正、公开、公平”三原则。各校严格按照考试方案及考试期间疫情防控预案组织实施，确保考试工作安全有序。

实施初中毕业生体育学业考试，并将考试成绩计入学业总成绩，充分发挥体育考试的导向作用，进一步推进学校体育课程内容及方法改革，切实增强学校体育教学实效性。激励学生主动自觉地参加体育锻炼，从而养成健康观念，掌握运动技能，培养锻炼习惯，不断增强体质。

二、对象和内容

（一）测试对象

所有参加升学（指升入普高、职高、中专、中技等学校）考

试的初中毕业学生（含在外地就读，户籍在本市的应届初中毕业学生及本市户籍往届初中毕业学生）。

（二）测试内容

体育考试以《义务教育体育与健康课程标准（2011 版）》和《国家学生体质健康标准（2014 年修订）》测试内容为基础范围。2021 年体育考试采用电子测试方式（或其它统一方式），集中测试项目分为必测项目和选测项目，具体项目如下：

1.必考项目:男生 1000 米跑、女生 800 米跑。

2.选考项目:在立定跳远、一分钟跳绳、掷实心球、引体向上（男生）、一分钟仰卧起坐（女生）、足球运球绕杆、篮球运球投篮、排球垫球、游泳等 8 个项目中任选 3 项。

（三）测试要求

每位考生必须在同半天时间内完成 4 个项目考试（游泳除外），考生一经检录后即不得无故申请缓考。

（四）其他说明

1. 根据《温州市教育局关于印发温州市初中毕业生体育学业考试调整方案的通知》（温教体〔2019〕90 号）要求，从 2022 年开始，实施新的初中毕业生体育学业考试办法。各校要做好前期宣传准备工作，让学生充分了解新的测试方案内容。

2. 考试期间疫情防控预案参照《浙江省新型冠状病毒肺炎疫情防控工作领导小组办公室关于印发秋冬季疫情防控应急预案

案和工作指引的通知》（省疫情防控办〔2020〕117号）要求制定。

3. 体育学业考试工作如有临时调整，以相关通知为准。

三、成绩评定

现场考试各项目测试和成绩评定均由仪器设备完成（游泳除外）。不采用仪器方式测试的，对项目考试过程要进行录像保存，同时需保留原始成绩底单备查，并做好防伪措施。

（一）普通考生

各单项成绩满分为 10 分，总分为 40 分，4 个项目按照实际测得的成绩之和计入初中毕业生学业考试成绩。成绩评定标准见附件 1。

（二）免考生

第一类：初中阶段体育与健康课免修，并于 2021 年 3 月 18 日前在教育行政部门备案免于执行《国家学生体质健康标准》或有严重疾病（应出具县级以上医院证明）的学生，须向所属教育行政部门申报（市直属学校向市教育局直属中学招生办公室申报，鹿城区初中学校向区教育局体卫艺科申报），经批准同意免考的学生可以参加高中录取，成绩按 30 分计入学业成绩。

第二类：对身体发育不正常，如侏儒症（女生 1.3 米，男生 1.4 米以下）、肥胖症（须经疾控中心检测认定）、畸形（如严重脊椎弯曲、鸡胸、明显为 O 型和 X 型腿等），以及在考试前

或考试期间，因心血管疾病或其他伤、病不能参加激烈运动的考生，经县级以上医院证明和所属教育行政部门（同上）批准后，可不参加考试，成绩按 30 分计入学业成绩。

第三类：根据《浙江省教育厅关于进一步做好残疾学生体育中考相关政策落实工作的通知》规定，对确实丧失运动能力的残疾学生（具有残联核发的残疾证书并经县级以上医疗部门丧失运动能力的鉴定），由学生家长提出申请，学校审核，报所属教育行政部门（同上）审批，可不参加考试，成绩按 40 分计入学业成绩。

上述第一、二类考生如要求参加考试的，该考生和家长必须在全面评估后方可申报，如考试过程中发生安全问题，由考生和家长负责，测试成绩按实际测得分值计入。

申请免考的学生填写《免考申请表》（附表 3）提出申请，并由学校于 2021 年 3 月 18 日前统一将《免考申请表》与《免考汇总表》（附件 5）交所属教育行政部门（同上）办理免考手续。

（三）缓考生

对具有县级以上医院证明，考前有严重伤、病和女生例假的考生，填写《缓考申请表》（附件 2）、《缓考汇总表》（附件 4），由学校于考试当天统一报送办理缓考手续。确有特殊情况未按时参加考试的考生，经所属教育行政部门（同上）同意后，可申请一次补考。

四、组织实施

（一）考试时间、地点：

1.考试时间：游泳测试时间为3月31日至4月2日，球类与素质测试为4月8日至12日。游泳测试缓考补测时间为4月20日上午，球类与素质测试缓考补测时间为4月20日下午。如无故放弃考试，高一级学校原则上不予录取。

2.考试地点：温州市第二十二中学、温州市体育中心游泳馆。

（二）体育考试由鹿城区教育局和温州市教育局直属中学招生办公室统一领导，成立市局直属学校和鹿城区初中体育学业水平考试工作领导小组，全面负责考试工作的管理、监督和协调，确保“公开、公平、公正”地进行。各学校应成立相关领导小组，确保学校考试工作规范有序进行。

（三）考试工作是对学校体育教学质量及学生体质健康水平的一次检验。各校要充分认识考试工作的重要意义，加强宣传教育，帮助学生家长了解考试内容、目的及意义；要按照学校体育工作要求，安排好体育课、大课间及课外活动，保证学生每天一小时体育锻炼时间，要把工作重心落在学生经常性科学锻炼上，注意防止和克服只抓考试项目，忽视平时体育课及其他体育锻炼等不良倾向。

（四）各校要树立“安全第一”的意识，广泛开展考前安全教育，加强考生适应性训练，结合体育考试特点，加强科学指导，

考前组织学生锻炼的运动负荷要适宜，防止伤害事故发生。要完善体检制度，特别重视对考生健康状况的督查，严禁有心血管等疾病（或医嘱要求避免剧烈运动）的学生参加考试。要教育引导学生及家长坚持实事求是，既不隐瞒也不虚报病情，不参加与自身身体状况不适宜项目的测试。学生赴考时，学校要认真做好组织管理工作，高度重视往返途中安全工作。各考点要落实安全责任，制定现场考试应急预案，严格开展运动场地和器材安全检查，强化过程监控，消除因场地、器材设备和组织工作不当等各种不安全因素，确保考生顺利完成考试。加强安全保障，考点必须全程配备救护车和医护人员，防止伤害事故发生。

（五）体育考试是一项涉及面广、政策性强的工作。各校必须高度重视，精心组织，周密安排，严格按照市、区有关规定要求执行，以确保体育考试工作安全如期完成。为保证考试的权威性和严肃性，我区将健全考试制度，严肃考场纪律，严格监督机制，坚决杜绝舞弊事件的发生。鹿城区教育局将成立体育考试纪律监督巡视组，加强对考试工作的检查和监督。

五、场地器材、考试办法和注意事项（非仪器测试参照执行）

（一）1000 米跑、800 米跑

1. 场地器材要求：400 米标准环形塑胶跑道，考前丈量准确。跑道上标有明显的起、终点线。中长跑计时专用设备。

2. 考试办法：每位考生需要佩戴专用设备，采用站立式起跑。

当发令器发出起跑信号后，开始计时，到达终点后，计时停止。考生测试完毕将专用仪器交还给裁判员。每人测试 1 次。

3.注意事项：服从裁判员编排，考试采用电动计时和电子语音发令。

（二）立定跳远

1.场地器材要求：专用测试垫、仪器等。

2.考试办法：裁判员核对考生的姓名、准考证号等信息后开始测试。考生在专用测试垫起跳线后两脚自然分开站立。语音提示后，考生从原地两脚同时起跳，不得垫步或连跳动作。动作完成后，考生须从跳跃前方任一侧走出测试垫。每人可测试 3 次，取最好成绩。

3.注意事项：起跳犯规由测试仪器自动判罚，考生应避免起跳犯规。如：踩线、小跳等。不得穿钉鞋、皮鞋、塑料鞋参加测试。

（三）跳绳（60 秒）

1.场地器材要求：干净、平整的场地，指定短绳、专用测试仪器等。

2.考试办法：裁判员核对考生的姓名、考号等信息，考生在听到语音提示后开始跳绳，须用双脚向上跳，同时双手向前摇动跳绳，每摇动一回环并同时起跳一次算一次，仪器自动计数，绊脚不计数，仪器会自动减少一次，然后再接着计数(双飞、三飞

都按一次计数)。60 秒后仪器自动停止计时并记录成绩。每人可连续测试 2 次，取最好成绩。

3.注意事项: 须在指定范围内进行测试, 考生使用指定绳子。

(四) 掷实心球

1.场地器材要求: 4 米宽、20 米长的平地一块, 质量 2 千克实心球、专业测试仪器等。

2.考试办法: 裁判员核对考生的姓名、准考证号等信息后开始测试。考生站立在指定投掷线后, 双手持球于头上方, 原地向前过头顶掷出, 球出手的同时, 后脚可向前迈出一步, 但不得踩线或超线。仪器自动测量判定投掷距离, 识别起掷踩线或投掷后踩线等犯规动作, 并有语音或警鸣提示犯规。每人可测试 3 次, 取最好成绩。

3.注意事项: 实心球为原地正面双手头上投掷, 考生应避免犯规。完成投掷后从后面离开。

(五) 引体向上

1.场地器材要求: 高单杠(单杠高度以学生直臂悬垂脚尖不触地为准), 单杠下有缓冲设施。专用测试仪器等;

2.考试办法: 裁判员核对考生的姓名、准考证号等信息, 考生佩戴专用测试仪器, 听到提示后考生跳起双手正手握杠, 直臂悬垂。静止后, 两臂用力引体, 上拉到下颏超过横杠, 测试仪器提示完成一次。接着重复到开始直臂悬垂姿势后继续引体, 反复

进行。每人测试 1 次。

3.注意事项：考生应双手正握单杠，待身体静止后开始测试。引体向上时，身体不得做大的摆动，也不得借助其他附加动作的撑起。两次引体向上的间隔超过 10 秒将终止测试。

（六）仰卧起坐（60 秒）

1.场地器材要求：专用测试垫、专用测试仪等。

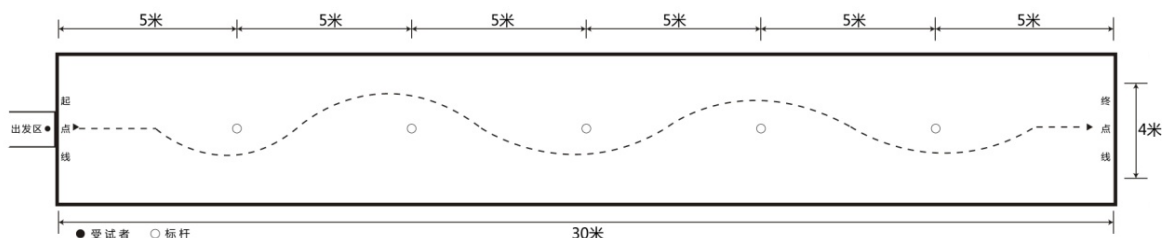
2.考试办法：裁判员核对考生的姓名、准考证号等信息，考生仰卧于垫上，两腿稍分开，屈膝呈 90 度角左右，两脚在勾脚装置上固定，两手指交叉贴于脑后，考生听到语音提示后开始做仰卧起坐，起坐时上身与水平面达到或超过 90 度角，仰卧时上身成水平状，姿势正确时专用测试仪器会自动记录成绩，60 秒后仪器自动停止计时。每人测试 1 次。

3.注意事项：考生必须两手指交叉贴于脑后。动作到位时，专用仪器会自动计数并发出提示音，否则说明动作不到位，不计数。

（七）足球运球绕杆

1.器材场地要求：在平整开阔的硬地上进行，起点宽为 2 米，终点宽为 4 米，测试区域长 30 米，宽 10 米，起点线至第一标志物的距离 5 米，共设五个标志物，标志杆高不低于 1.2 米，各标志物间距 5 米，标志物距两侧边线 5 米，足球测试起点、终点分别设置在五个标志物所形成直线的垂直直线处。考试用球为 4

号低弹性足球。场地如图所示：



2.考试方法：裁判员核对考生的姓名、准考证号等信息，考生听到指令后，将球运至起点线后的出发区域并做好出发准备。发令后，考生运球向前，依次绕杆；球通过最后一个标志杆后，考生至少触球一次，运球通过终点线；人与球均越过终点线后，计时停止。每人测试2次，取最好成绩。

3.注意事项：

（1）考生需依次S形绕过标志杆，未按规定路线进行视为犯规。

（2）出现抢跑、手球、漏绕标志杆、碰倒标志杆、人或球出规定测试区域、未按要求完成全程路线等违规行为，取消成绩。

（3）球过最后一个标志杆后，到达终点前，脚未触球，视为犯规。

（4）以上犯规行为，将取消本项目成绩。

（八）篮球运球投篮

1.场地器材要求：标准篮球场半个(14米×15米)、篮球、专用测试仪器等。篮圈与地面平行，离地面高度3.05米，并悬挂

篮网。

2.考试方法：裁判员核对考生的姓名、准考证号等信息后开始测试。考生在运球起点处(边线与中线的交叉处)准备，听到语音提示后从起点开始运球投篮命中后，接篮板球立即运球至另一侧绕过指定标志（另一侧边线与中线的交叉处）继续运球投篮，命中后运球返回到起点，停止计时。篮球考试按篮球裁判规则执行，考生在运球投篮过程中违例时，裁判员鸣哨示意，考生必须从离违例点最近的边线或端线重新运球进场，此过程不停表。每人可测试 2 次，取最好成绩。

3.注意事项：不得走步或二次运球。途中违例，由裁判员协助判罚。考生必须绕过指定标志方可返回。

（九）排球双手垫球

1.场地器材要求：橡胶排球、专用测试仪器等，测试场地为半径 2 米圆圈。

2.考试办法：裁判员核对考生的姓名、准考证号等信息后，考生原地将球轻轻抛起，然后连续用双臂向上垫球，垫球落地、持球、垫球超越指定区域即结束计数，垫球高度初中男生为 2.24 米，初中女生为 2.15 米，否则视作无效垫球，不计数。每人可测试 2 次，取最好成绩。

3.注意事项：测试过程中出现以下现象均视为调整，不计数：垫球高度不够、采用传球等方式触球。

(十) 100 米游泳（人工测试）

1.场地器材要求：50 米标准游泳池，水质达标，安全救生设备和人员齐备。

2.考试办法：裁判员核对考生的姓名、考号等信息，经检录后进入考场。考生必须穿戴游泳衣、泳裤和泳帽。游泳出发在水中，单手或双手触壁，听到鸣哨后出发，游泳姿势不限，发令员在鸣哨同时要摆动发令旗，计时员视旗动，开表计时。游完 50 米转身时，身体任何部位必须触壁。到达终点时，身体任何部位必须触及终点池壁后停表。成绩计录以秒为单位，精确到整数，小数点后一位数按非零原则进位，如 10.1 秒读成 11.0 秒，并记录。每人测试 1 次。游泳考试按游泳裁判法规执行，考生在游泳过程中和转身时，手不能扶池壁，水道线停留，脚不得触地。未游完 100 米的考生不计分。

3.注意事项：测试者中途不得站立、行走、手扶水线、攀池壁停留，否则中止游进。如出现抽筋，呛水等意外现象，应予妥善处理。

附件：1. 2021 年温州市初中体育升学考试评分表(男生)

2021 年温州市初中体育学业考试评分表(女生)

2. 市局直属学校和鹿城区初中毕业生体育考试
缓考申请表

3. 市局直属学校和鹿城区初中毕业生体育考试

免考申请表

4. 考生体育缓考汇总表

5. 考生体育免考汇总表

附件 1

2021 年温州市初中体育升学考试评分表(男生)

类别	必选项目	自选项目							
项目 分数	1000 米跑 (分秒)	立定跳远 (米)	跳 绳 (次/分钟)	引体向上 (次)	掷实心球 (米)	排球垫球 (个)	篮球 运球投篮 (秒)	足球 运球绕杆 (秒)	游泳 (分秒)
10	3: 40	2. 40	175	10	9. 5	30	20	9. 1	3: 30
9	3: 50	2. 30	165	9	8. 9	25	27	10. 0	3: 40
8	4: 00	2. 20	155	8	8. 3	20	35	10. 7	3: 50
7	4: 10	2. 10	145	7	7. 7	15	40	11. 5	4: 00
6	4: 20	2. 00	135	6	7. 1	13	45	12. 8	4: 10
5	6: 00	1. 90	125	5	6. 5	12	50	13. 6	4: 20
4	6: 30	1. 80	115	4	6. 0	11	55	14. 6	4: 30
3	7: 00	1. 70	105	3	5. 5	10	60	15. 2	4: 40
2	7: 30	1. 60	95	2	5. 0	9	63	15. 9	4: 50
1	8: 00	1. 50	85	1	4. 5	8	70	16. 8	5: 00

注：考试成绩未达上限，均按下限评分。

2021 年温州市初中体育学业考试评分表(女生)

类别	必选项目	自选项目							
项目 分数	800 米跑 (分秒)	立定跳远 (米)	跳 绳 (次/分钟)	仰卧起坐 (次/分钟)	掷实心球 (米)	排球垫球 (个)	篮 球 运球投篮 (秒)	足 球 运球绕杆 (秒)	游泳 (分秒)
10	3: 25	1. 90	168	46	6. 8	25	28	10. 1	4: 00
9	3: 35	1. 83	158	42	6. 3	20	34	11. 0	4: 10
8	3: 45	1. 75	148	38	5. 8	15	42	11. 9	4: 20
7	4: 00	1. 65	138	34	5. 3	13	50	12. 9	4: 30
6	4: 15	1. 55	128	30	4. 8	12	55	14. 4	4: 40
5	5: 15	1. 45	118	26	4. 3	11	60	15. 4	4: 50
4	5: 45	1. 35	108	22	3. 8	10	65	16. 8	5: 00
3	6: 15	1. 25	98	18	3. 3	9	70	17. 7	5: 10
2	6: 45	1. 15	88	14	2. 8	8	80	18. 6	5: 20
1	7: 15	1. 05	78	10	2. 3	7	90	19. 7	5: 30

注：考试成绩未达上限，均按下限评分。

市局直属学校和鹿城区初中毕业生体育考试 缓考申请表

考生姓名		性别		准考证号	
毕业学校				班级	
申请要求 （在栏选项打“√”）	1.缓考素质、篮球测试项目（ ） 2.缓考游泳项目（ ）				
缓考原因	考生或家长签名：_____年 月 日				
就读学校审核意见	分管校长/领队签名（学校盖章）：_____年 月 日				
教育行政部门审核意见	经办人：_____年 月 日				

- 17 -

附件 3

市局直属学校和鹿城区初中毕业生体育考试
免考申请表

考生姓名		性别		准考证号	
毕业学校				班级	
免考原因	考生或家长签名：年 月 日				
就读学校 审核意见	分管校长/领队签名（学校盖章）：年 月 日				
教育行政 部门 审核意见	经办人：年 月 日				

注：1. 申请流程：①考生填写本表，须向学校提交相关医疗证明；②学校审核后汇总报所属教育行政部门审核。
2. 考生一经检录，不得无故申请免考。本表仅适用考前申请。

附件 4

考生体育缓考汇总表

学校盖章： 年 月 日

序号	准考证号	姓名	申请原因	附注
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

注：考生个人相关医院证明或证件按汇总表顺序附后。

附件 5

考生体育免考汇总表

学校盖章：

年 月 日

序号	准考证号	姓名	申请原因	附注
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

注：免考生个人相关医院证明或证件按汇总表顺序附后。

