

中山大学 2019 年高水平运动队招生测试标准

田 径

一、考试内容

田径专项考试项目包括：100M、200M、800M、1500M(男)、110M 栏(男)、100M 栏(女)、400M 栏、跳高(男)、跳远(男)、三级跳远(女)、铅球(男)、标枪，满分 100 分。

二、考试方法与评分标准

(一) 考试方法

1. 田径测试分两个单元，3 月 2 日下午是第一测试单元，3 月 3 日上午是第二测试单元，考生可自由选择测试单元；
2. 考生仅允许在考试内容中选择一个与运动员等级证书的运动小项一致的项目测试一次或者两次；
3. 按田径竞赛规则和裁判方法进行，径赛采用电动计时。

(二) 考试评分标准

项目	性别	分数				
		100 分	95 分	90 分	85 分	80 分
100M	男	10.30	10.62	10.90	11.15	11.22
	女	11.41	11.87	12.41	12.65	12.74
200M	男	20.65	21.34	22.24	22.45	22.52
	女	23.15	24.28	25.72	25.88	26.14
800M	男	1:46.30	1:50.40	1:57.50	1:59.50	2:01.00
	女	2:00.20	2:06.50	2:17.80	2:21.00	2:24.00
1500M	男	3:38.20	3:46.55	4:07.00	4:10.00	4:12.00
110M 栏	男	13.80	14.27	14.75	15.20	15.25

100M 栏	女	13.26	13.80	14.55	15.10	15.24
400M 栏	男	51.94	53.04	54.90	56.00	56.30
	女	57.00	57.26	1:02.50	1:03.10	1:04.27
跳高	男	2.27 米	2.13 米	2.00 米	1.98 米	1.95 米
跳远	男	8.00 米	7.65 米	7.10 米	7.05 米	7.00 米
三级跳远	女	13.60 米	13.05 米	12.20 米	11.70 米	11.30 米
铅球	男	20.10 米	18.05 米	16.00 米	14.00 米	12.50 米
标枪	男	78.00 米	72.00 米	63.00 米	58.00 米	51.00 米
	女	60.70 米	56.35 米	49.00 米	42.00 米	38.00 米

备注：男子 110 米栏的栏高 1.067 米，栏间距 9.14 米；女子 100 米栏的栏高为 0.84 米，栏间距 8.5 米。男子 400 米栏的栏高为 0.914 米，栏间距 35 米，女子 400 米栏的栏高为 0.762 米，栏间距 35 米。男子铅球重量为 7.26 千克。男子标枪重量为 800 克；女子标枪重量为 600 克。

三、达标标准

（一）申请并符合参加文化课单独考试资格的考生专项考试不得低于 90 分(含)。

（二）参加高考且高考成绩达到所在省本科第二批次录取控制分数线 65%的考生专项考试不得低于 85 分（含）。

（三）参加高考且高考成绩达到所在省本科第二批次录取控制分数线或以上的考生专项考试不得低于 80 分（含）。

游 泳

一、考试内容

性 别	项 目
男 子	50 米、100 米、200 米、400 米、1500 米自由泳； 50 米、100 米、200 米蝶泳、仰泳、蛙泳； 200 米、400 米个人混合泳。
女 子	50 米、100 米、200 米、400 米、800 米自由泳； 50 米、100 米、200 米蝶泳、仰泳、蛙泳； 200 米、400 米个人混合泳。

二、考试方法与评分标准

（一）考试方法：

1. 考试设置必考项目 200 米个人混合泳或 400 米自由泳考察考生基本技术和能力，考生达到基本技术和能力测试设定相应标准方可进行主项评分；以以上两项为主项的考生不再重复测试。

2. 考试按最新游泳竞赛规则和裁判方法进行，采用电动计时，在 50 米标准游泳池进行。

（二）考试评分标准：

专项考试采用国际泳联评分标准（参考国际泳联 2018 年 FINA 积分：<http://www.fina.org/content/fina-points>），按考生测试成绩所对应国际泳联评分标准从高到低排序、择优录取。

三、达标标准

（一）申请并符合参加文化课单独考试资格的考生主项测试成绩不得低于国际泳联评分标准 650 分（含），200 米个人混

合泳或 400 米自由泳的测试成绩不得低于 530 分（含）。

（二）参加高考且高考成绩达到所在省本科第二批次录取控制分数线 65% 的考生主项测试成绩不得低于国际泳联评分标准 550 分（含），200 米个人混合泳或 400 米自由泳的测试成绩不得低于 480 分（含）。

（三）参加高考且高考成绩达到所在省本科第二批次录取控制分数线或以上的考生主项测试成绩不得低于国际泳联评分标准 500 分（含），200 米个人混合泳或 400 米自由泳的测试成绩不得低于 430 分（含）。

排 球

一、考试内容与分值

1. 专项能力考试内容

项目 位置	项目 1 (20分)	项目 2 (20分)	项目 3 (20分)	项目 4 (20分)	项目 5 (20分)
主攻/接应	助跑摸高	传 球	接发球	发 球	二、四号位扣球
副 攻	助跑摸高	传 球	接发球	发 球	扣三号位快球/ 半高球
二 传	助跑摸高或 36 米移动	二传战术传球	传/垫调整球	发 球	二号位扣球
自由人	36 米移动	上机会球	传/垫调整球	防重扣球	接发球

注：根据不同位置分别进行五项技术测试，二传位置考生可选择助跑摸高或 36 米移动的其中一项，各项目满分均为 20 分，合计 100 分。

2. 实战比赛加试

考生按专项位置抽签组队进行实战比赛加试，由考官（专家组）对考生比赛中的基本技术运用、实际效果、场上意识等情况进行综合评定，满分为 100 分。

二、专项能力考试方法与评分标准

1. 36 米移动（20 分）

（1）测试方法：考生在进攻线后听口令起动，前进后退两个来回，前进时须用双手摸到中线，后退时须双脚退过进攻线，接着变侧身滑步或交叉步移动两个来回，移动时用单手触摸中线和进攻线，不能转身，然后做钻网跑，用单手摸对方场区的

进攻线，折回时用单手触或超过出发线，每人有两次机会取最佳一次成绩。

(2) 评分标准：见表 1

表 1：排球专项考试 36 米移动考试评分表

分值	男 (秒)	女 (秒)	分值	男 (秒)	女 (秒)
20	10"9	12"1	10	11"9	13"1
19	11"0	12"2	9	12"0	13"2
18	11"1	12"3	8	12"1	13"3
17	11"2	12"4	7	12"2	13"4
16	11"3	12"5	6	12"3	13"5
15	11"4	12"6	5	12"4	13"6
14	11"5	12"7	4	12"5	13"7
13	11"6	12"8	3	12"6	13"8
12	11"7	12"9	2	12"7	13"9
11	11"8	13"0	1	12"8	14"0

2. 助跑摸高 (20 分)

(1) 测试方法：考生采用双脚助跑起跳单手摸高,每名考生有三次测试机会，取最高一次成绩。

注：助跑摸高设置最低标准线，分别为男子 3.05 米、女子 2.75 米，如考生未能达到最低标准线，则不具备参加专项技能测试和实战比赛加试的资格。

(2) 评分标准：见表 2

表 2：排球专项考试助跑摸高考试评分表

分值	男 (米)	女 (米)	分值	男 (米)	女 (米)
20	3.25	2.95	14.5	3.14	2.84
19.5	3.24	2.94	14	3.13	2.83
19	3.23	2.93	13.5	3.12	2.82
18.5	3.22	2.92	13	3.11	2.81
18	3.21	2.91	12.5	3.10	2.80
17.5	3.20	2.90	12	3.09	2.79
17	3.19	2.89	11.5	3.08	2.78
16.5	3.18	2.88	11	3.07	2.77

分值	男(米)	女(米)	分值	男(米)	女(米)
16	3.17	2.87	10.5	3.06	2.76
15.5	3.16	2.86	10	3.05	2.75
15	3.15	2.85			

3. 传球 (20分)

(1) 场地设置:

在本方四号位距中线 0.5 米、距边线 0.5 米的位置 (设置直径为 1.2 米的传球目标筐), 如图 1 所示。

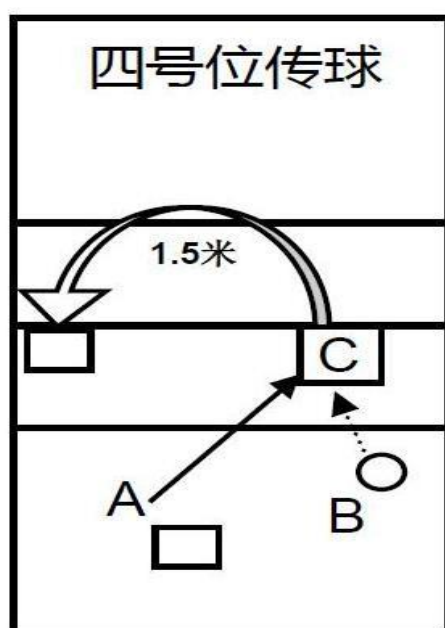


图 1: 传球测试

(2) 测试方法:

考生由进攻线后 B 区域出发, 移动至 C 区域内, 向四号位传由后场 A 区抛来的球, 要求向四号位传球目标筐内传球, 且传出的球至少要高于球网上沿 1.5 米。每名考生共计传 10 次球。

(3) 评分标准:

每传一个球进入传球目标筐内得 3 分，每传一个球触碰到传球目标筐顶部的圆形部分得 2 分，传球失误或球没有触碰到目标架顶部的圆形部分不得分，满分 20 分。

4. 发球（20 分）

（1）场地设置：

将半场区域分为 A、B、C、D、E、F 六个区域，如图 2 所示。

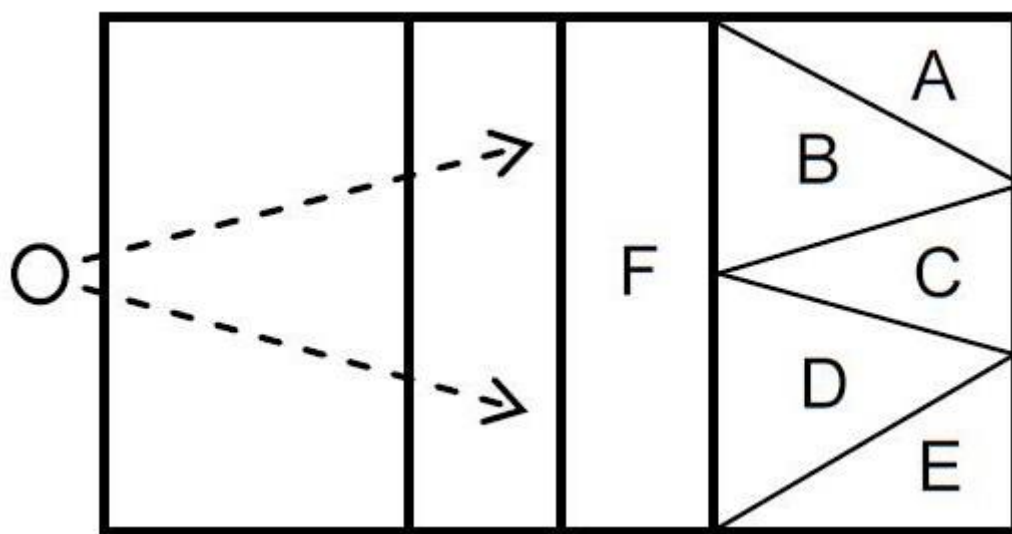


图 2：发球测试

（2）测试方法：

考生可在发球区内任意位置采用上手发球、跳飘球或大力跳发球技术，每名考生共计向对方场区发 10 次球。

（3）评分标准：

发球落点进入 A、E 区域内得 3 分，发球落点进入 B、D 区域内得 2 分，发球落点进入 C、F 区域内得 1 分，满分 20 分。

5. 接发球（20 分）

（1）场地设置：

在一号位、五号位分别划定一个 4.5 米×6 米的长方形区域，定义为 A、B 区域，在二、三号位之间的 D 区域设置垫球目标筐，如图 3 所示。

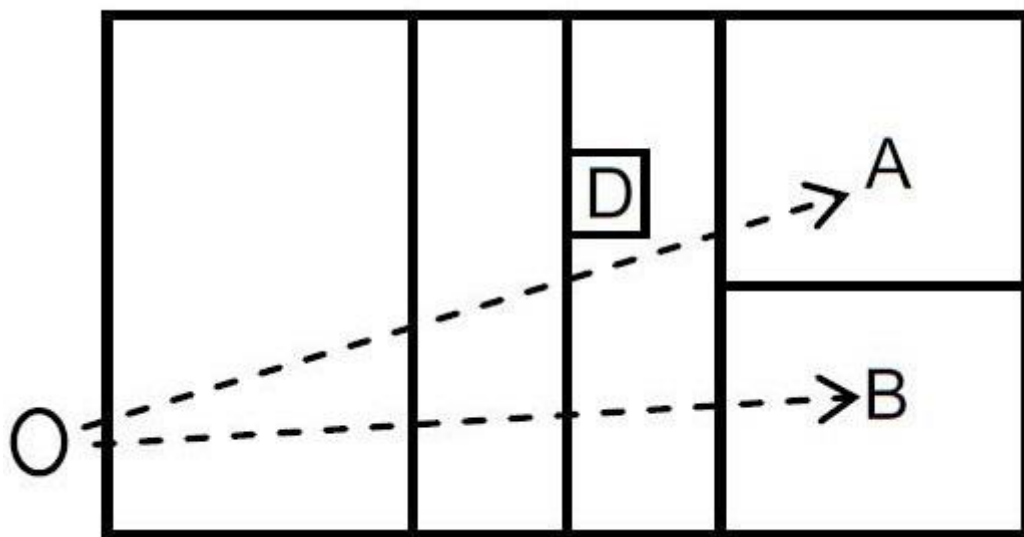


图 3：接发球测试

(2) 测试方法：

考生按规定顺序在 A、B 区域内，采用双手垫球技术接发球，首先在 A 区域垫球 6 次，然后进入 B 区域垫球 6 次，如球发到其它区域则不计算次数，每名考生共计接发球 12 次。要求考生将球垫至位于网前二、三号位之间（距中线 0.5 米、距二号边线 2.5 米）的 D 区域内或接发球目标筐内。

(3) 评分标准：

每垫一个球进入接发球目标筐内得 3 分，每垫一个球触碰到垫球目标筐顶部的圆形部分得 2 分，每垫一个球进入到三米线区域内且一定高度和弧度得 1 分，球没有进入到三米线内或

超过球网为 0 分，满分 20 分。

6. 扣球（20 分）

（1）场地设置：

直线区域为平行于边线 2 米内的 B 区域，斜线区域为对角线至对方四号位进攻线附近的 A 区域，如图 4 所示。

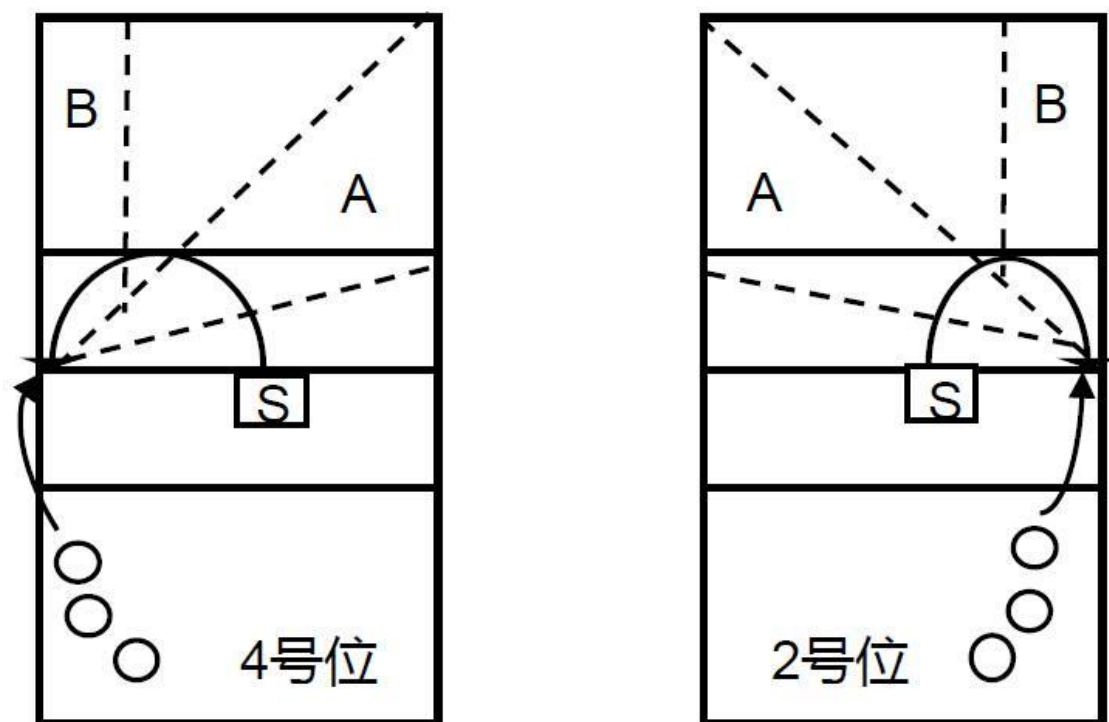


图 4：扣球测试

（2）测试方法：

考生按规定顺序可自由选择在一号位或四号位扣一般球，先扣斜线球 5 次、然后扣直线球 5 次，每名考生合计扣 10 次球（二传位置考生要求测试 2 号位扣球）。

（3）评分标准：

扣在规定区域内且有一定力量的球得 2 分，没有扣到规定

区域内但有一定力量和攻击性的球得 1 分，满分 20 分。

7. 二传战术传球（20 分）

（1）场地设置：

考生在二、三号位之间的 S 位置（2 米×3 米）原地向四号位（直径为 60 厘米的传球目标筐）传战术平拉开球，如图 5 所示。

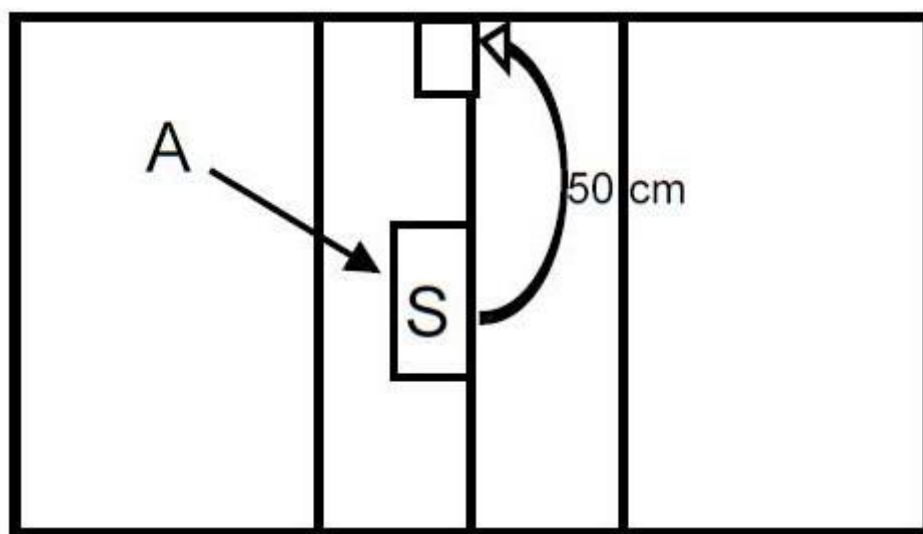


图 5：二传战术传球测试

（2）测试方法：

考生站立在 S 区域内向四号位传由后场 A 区抛来的球，目标是将球传进四号位的传球目标筐内，且传出的球至少要高于球网上沿 50 厘米，测试二传手平拉开球战术进攻的准确性，每名考生合计传 10 次球。

（3）评分标准：

传球进入目标筐内得 3 分，传球触碰到目标筐顶部的圆形部分得 2 分，传球失误或球未触碰到传球目标筐顶部的圆形部

分不得分，满分 20 分。

8. 传、垫调整球（20 分）

（1）场地设置：

在进攻线后中央区域，设置一个 2 米×2 米的 C 区域为传球区，前排四号位距离边线和中线 0.5 米的区域设置一个直径为 1.2 米的目标筐，如图 6 所示。

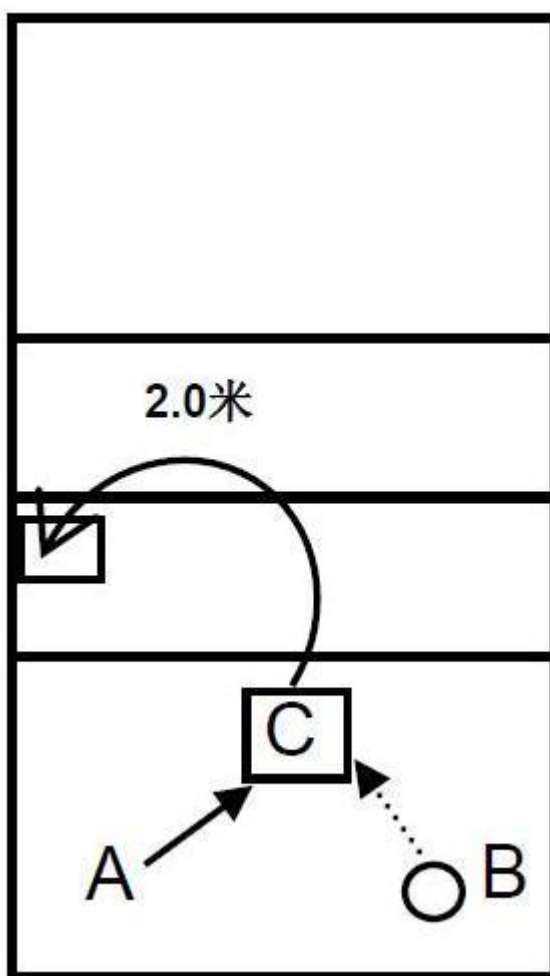


图 6：传、垫调整球测试

(2) 测试方法:

考生由 B 区域出发移动至 C 区域, 向四号位目标筐传、垫由后场 A 区抛来的球, 且传出的球至少要高于球网上沿 2 米, 每名考生向四号位目标筐首先用上手传调整球 5 次, 然后再用双手垫调整球 5 次, 每名考生合计传、垫球 10 次。

(3) 评分标准:

每传、垫一个球进入目标筐内得 3 分, 触碰到目标筐顶部的圆形部分得 2 分, 如未能触碰到目标筐但传、垫球的高度和弧度达到要求, 且球的落点进入到距中线 0.5 米、边线 0.5 米的区域内得 1 分, 传、垫球失误或球的落点偏离规定区域不得分, 满分 20 分。

9. 防重扣球 (20 分)

(1) 测试方法:

考生在 A 区域防对方四号位的斜线进攻球, 每名考生合计防 10 次球, 如图 7 所示。

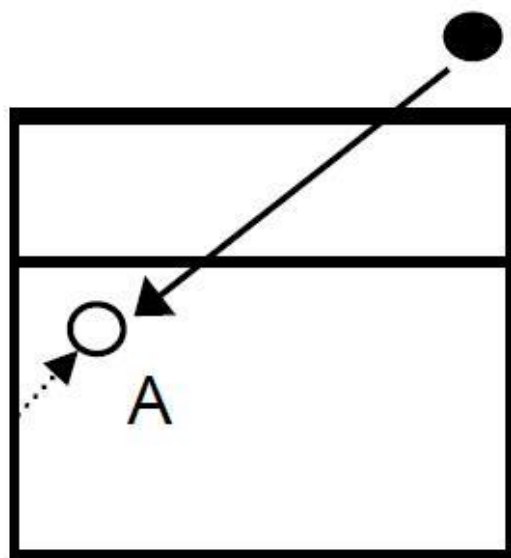


图 7: 防重扣球测试 (20 分)

(2) 评分标准:

成功将球防起超过 3 米高, 且防起球的落点在本方场区内为好球, 每防起一个好球得 2 分, 满分 20 分。

10. 三号位扣快球、半高球 (20 分)

(1) 场地设置:

以场地中线 4.5 米处为点, 向对方场区两侧边线 9 米处延伸, 边线与虚线区域之间的 A、B 两个区域为扣球目标区, 如图 8 所示。

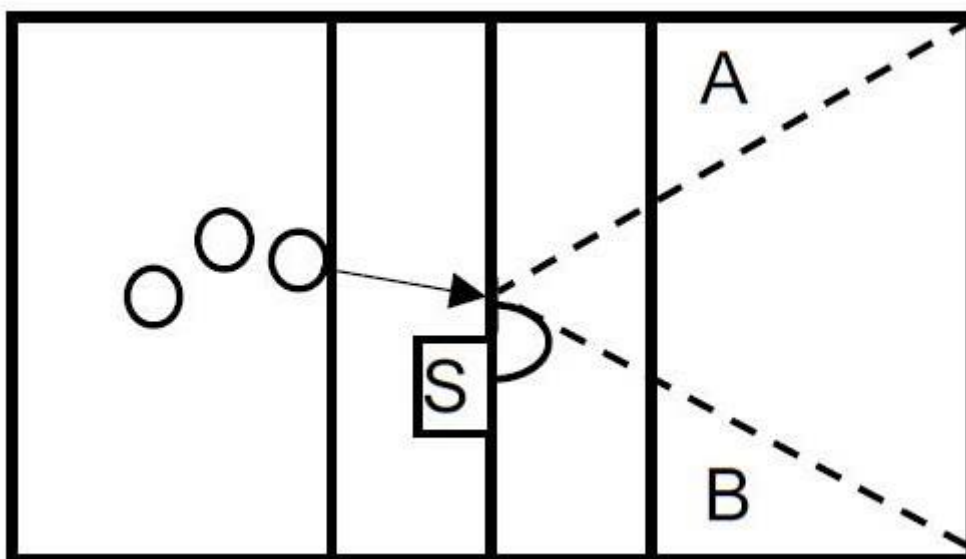


图 8: 三号位扣快球/半高球测试 (20 分)

(2) 测试方法:

考生自由选择在三号位扣快球或半高球, 先向 A 区扣 5 次球, 然后向 B 区扣 5 次球, 每名考生合计扣 10 次球。

(3) 评分标准:

扣在规定区域内且有一定力量的球为 2 分，没有扣到规定区域内但有一定力量和攻击性的球得 1 分，满分 20 分。

11. 自由人上机会球（20 分）

（1）场地设置：

在排球场二、三号位之间的 A 区域设置垫球目标筐，如图 9 所示。

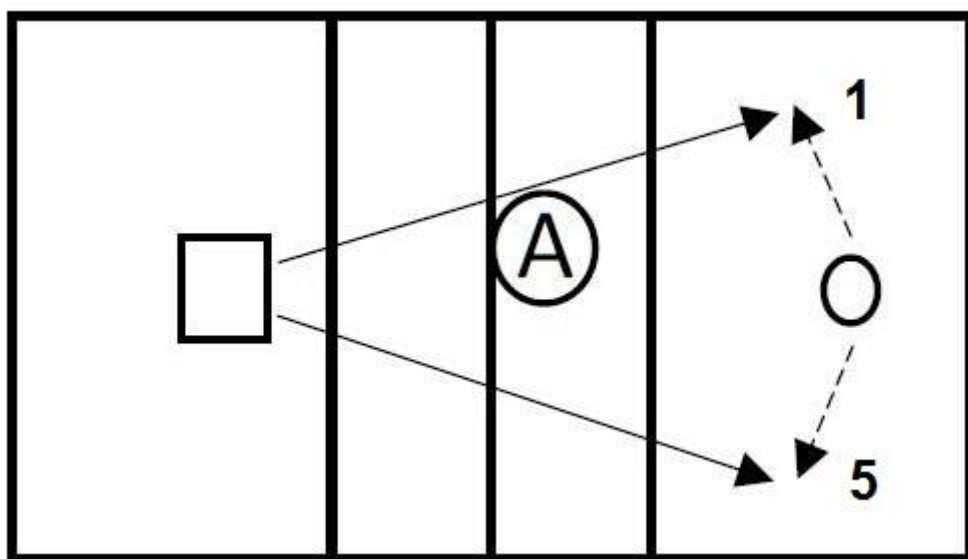


图 9：自由人上机会球测试

（2）测试方法：

考生在球场后区采用双手垫球或上手传球技术连续接对方场区抛来的机会球，首先在 6 号区准备，待对方球出手后向右侧一号区域移动上球、然后回到原位，待对方球出手后再向左侧五号区移动上球，然后回到原位，以此类推一、五号区各上球 5 次，每名考生合计上 10 次机会球。要求考生将球垫至位于网前 2、3 号位之间 A 区域内的目标筐内。

（3）评分标准：

每垫一个球进入目标筐内得 3 分，每垫一个球触碰到目标筐顶部的圆形部分得 2 分，球未能触碰到目标筐顶部的圆形部分不得分，满分 20 分。

三、实战比赛加试方法与评分标准（100 分）

1. 测试方法：

按照考生报考时填报的场上位置抽签组队，队伍中如出现人员不足情况，可由我校校队队员补足完整阵容，根据排球比赛规则进行一局或两局实战比赛加试，实际比赛局数由考官（专家组）根据打分需要适当增减。

2. 计分标准：

考官（专家组）对考生在比赛中的排球基本技术运用、实战效果、场上意识等情况进行综合打分，满分为 100 分。

四、达标标准

1. 申请并符合参加文化课单独考试资格的考生专项能力考试不得低于 70 分（含），实战加试比赛成绩不能低于 85 分（含）。

2. 参加高考且高考成绩达到所在省本科第二批次录取控制分数线 65% 以上的考生专项能力考试不得低于 65 分（含），实战加试比赛成绩不得低于 80 分（含）。

3. 参加高考且高考成绩达到所在省本科第二批次录取控制分数线或以上的考生专项能力考试不得低于 60 分（含），实战加试比赛成绩不得低于 70 分（含）。

确定候选资格时，在项目择优遴选顺序的基础上按实战加试比赛分值高低进行排序

足 球

第一部分：非守门员测试标准

一、测试指标与分值

(一) 基本能力测试 (60 分)

类别	专项素质	专项技术	
测试 指标	5×25 米 折返跑	踢准	绕杆 射门
分值	20 分	20 分	20 分

在基本能力考核结束后，成绩未达到36分的考生，则没有资格进入实战能力考核。

(二) 实战能力测试 (100 分)

二、测试方法与评分标准

(一) 基本能力测试

1、5×25 米折返跑

(1) 测试方法：从起跑线向场内垂直方向快跑，在跑动中用手击倒位于 5 米、10 米、15 米、20 米和 25 米各处的标识物后返回起跑线，每击倒一个标识物立即返回一次（须将标识物击倒，否则不计成绩）。以站立式起跑，脚动开表，完成所有折返距离回起跑线时停表。每人一次机会。

(2) 评分标准：见表 1

表 1 足球（非守门员）5×25 米折返跑评分表

分 值	成 绩 (秒)	分 值	成 绩 (秒)
20	32.00	10	33.81-34.00
19	32.01-32.20	9	34.01-34.20
18	32.21-32.40	8	34.21-34.40
17	32.41-32.60	7	34.41-34.60
16	32.61-32.80	6	34.61-34.80
15	32.81-33.00	5	34.81-35.00
14	33.01-33.20	4	35.01-35.20
13	33.21-33.40	3	35.21-35.40
12	33.41-33.60	2	35.41-35.60
11	33.61-33.80	1	35.61 及以下成绩

2、踢准

(1) 测试方法

①测试者将球放在限制线后，定点或用脚拨球使球滚动（但不能超过限制线），然后用脚背内侧向圈内传球，球落在圈内或线上均有效。

②每人连续踢 8 个球，但必须是惯常脚踢 6 个，非惯常脚踢 2 个，取最好的 5 个球得分之和为该项成绩。

(2) 场地设置 (见图 1)

①以 O 为圆心，以 2 米和 2.5 米为半径，分别划里外两个圆。圆心处插一根 1.5 米高并系有彩色小旗的标志杆，作为传准的目标。

②传球限制线线长 3 米，距圆心 25 米。

③里圈为 4 分，外圈为 2 分，详见评分表 1。

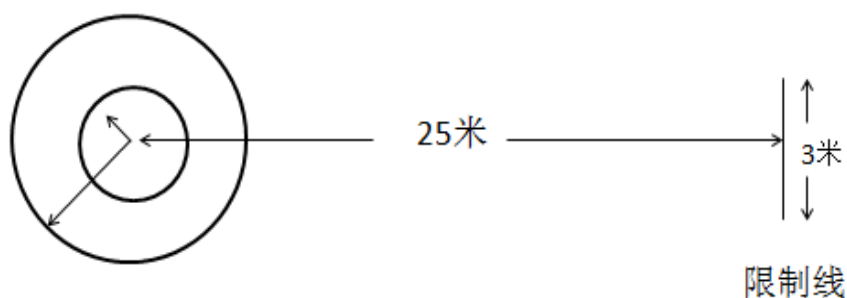


图 1 踢准项目考试场地图示

(3) 评分标准：见表 2

表 2 足球（非守门员）踢准评分表

分值	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2
成绩	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2

3、绕杆射门

(1) 测试方法：从罚球区线中点垂直向场内延伸至 20 米处画一条平行于球门线的横线作为起始线，考生先将球放在起始线上，然后运球依次绕过 8 根标志杆后起脚射门（如图 2 所示），球动开表，当球从空中或地面越过球门线时停表。凡出现漏杆、射门偏出球门或球击中横梁或立柱弹出，均属犯规，不计成绩。每人两次机会，取其中最佳成绩。

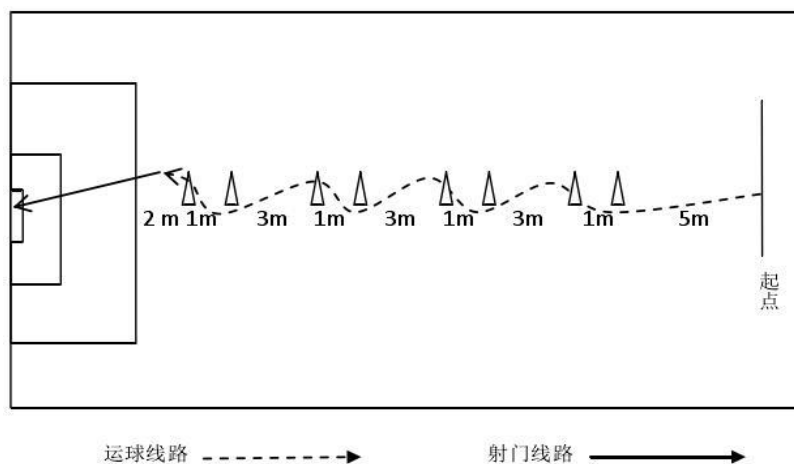


图 2 绕杆射门场地示意图

(2) 评分标准：见表 3

表3 足球（非守门员）绕杆射门评分表

分 值	成绩 (秒)	分 值	成绩 (秒)
20	7.20	10	9.01-9.20
19	7.21-7.40	9	9.21-9.40
18	7.41-7.60	8	9.41-9.60
17	7.61-7.80	7	9.61-9.80
16	7.81-8.00	6	9.81-10.00
15	8.01-8.20	5	10.01-10.20
14	8.21-8.40	4	10.21-10.40
13	8.41-8.60	3	10.41-10.60
12	8.61-8.80	2	10.61-10.80
11	8.81-9.00	1	10.81-11.00

（二）实战能力测试

- 1、测试方法：视考生人数，进行5×5、7×7、11×11足球比赛；考生须根据所报位置进行实战能力测试，并现场与考官签字确认个人位置。
- 2、场地要求及比赛时间：

- (1) 5×5 人比赛，场地为 20×40 米区域，时间为 25 分钟；
- (2) 7×7 人比赛，场地为 40×60 米区域，时间为 30 分钟；
- (3) 11×11 人比赛，场地为全场，时间为 40 分钟。

3、评分标准：对考生在比赛中的整体战术意识、技术能力、实战运用能力、体能素质能力、心理稳定性、比赛作风进行综合评定。

表 4 足球（非守门员）实战能力评分表

分值	100-90	89-80	79-70	69 分以下
标准	个人技术正确熟练，实战运用合理；整体战术意识强，观察阅读比赛能力好，决策能力果断正确；体能素质好；心理稳定性强，作风顽强。	个人技术正确熟练，实战运用较合理；整体战术意识较强，观察阅读比赛能力较好，决策能力果断正确；体能素质较好；心理稳定性较强，作风较顽强。	个人技术一般，实战运用基本合理；整体战术意识一般，观察阅读比赛能力一般，决策能力一般；体能素质一般；心理稳定性一般，作风一般。	个人技术较差，实战运用不太合理；整体战术意识较差，观察阅读比赛能力较差，决策能力较差；体能素质较差；心理稳定性较差，作风较差。

第二部分 守门员测试标准

一、测试指标与分值

(一) 基本能力测试 (60 分)

类别	专项素质	专项技术	
测试指标	30 米跑	踢远	扑接球
分值	20 分	20 分	20 分

在基本能力考核结束后，成绩未达到36分的考生，则没有资格进入实战能力考核。

(二) 实战能力测试 (100 分)

二、测试方法与评分标准

(一) 基本能力测试

1、30 米跑

(1) 测试方法：测试者穿皮质足球鞋参加该项测试。在起点采用站立式起跑，脚动开表。每人 2 次，取较好的一次成绩。

(2) 评分标准：见表 5 (秒)

表5 足球（守门员）30米跑评分表

分值	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11
时间	4.00	4.02	4.05	4.07	4.10	4.12	4.15	4.17	4.20	4.22
分值	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
时间	4.25	4.27	4.30	4.32	4.35	4.37	4.40	4.42	4.45	4.47

(二) 专项技术

1、踢远

(1) 测试方法：在罚球区线上截取横宽 15 米为测试场地的宽度，从横线两端分别垂直向场内画两条 60 米以上平行直线为测试区纵长，并标出距离数，如图 3 所示。测试者手持球（可助跑），在罚球区内，向测试区域发球（踢手抛的空中球或反弹球均可），球的第一落点在测试区域内或线上，成绩有效。每人可测三次，记最好一次成绩。

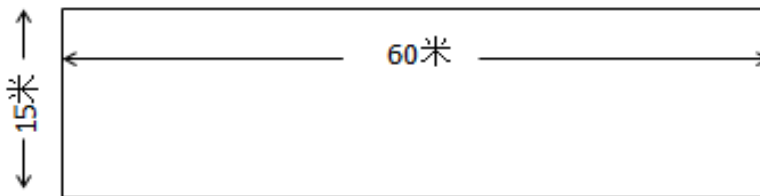


图3 踢远项目考试场地图示

(2) 评分标准：见表 6（米）

表 6 足球（守门员）踢远评分表

分值	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11
距离	50	48	46	44	42	40	39	38	37	36
分值	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
距离	35	34	32	31	30	29	28	27	26	25

2、扑接球

(1) 测试方法：测试者扑接 10 个来自罚球区线外射中球门的有效射门的球（其中包含地滚球、半高球、高球及需要倒地扑球的球）及 5 个有效的传中球。

(2) 评分标准：见表 7

表7 足球（守门员）扑接球评分表

分值	20-16	15-11	10-6	6分以下
标准	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。	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。	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。	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。

（三）实战能力测试

1、测试方法：视考生人数，进行5×5、7×7、11×11足球比赛。

2、场地要求及比赛时间：

（1）5×5人比赛，场地为20×40米区域，时间为25分钟；

（2）7×7人比赛，场地为40×60米区域，时间为30分钟；

（3）11×11人比赛，场地为全场，时间为40分钟。

3、评分标准：考评员依据实战能力评分（见表8），对考生的技术能力、战术能力、心理素质及比赛作风四个方面进行综合评定。

表 8 足球（守门员）实战能力评分表

分值	100-90	89-80	79-70	69 分以下
标准	战术能力强，意识好，技术动作规范，运用正确，作风顽强，心理状态稳定。	战术能力较好，意识较好，技术动作规范，运用基本正确，作风顽强，心理状态稳定。	战术能力一般，意识一般，技术动作基本规范，运用基本正确，作风顽强，心理状态较稳定。	战术能力一般，意识一般，技术动作不规范，运用不够正确，作风不顽强，心理状态不稳定。

第三部分 达标标准

一、申请并符合参加文化课单独考试资格的考生，实战加试比赛成绩不能低于90分。

二、参加高考且高考成绩达到所在省本科第二批次录取控制分数线65%以上的考生，实战加试比赛成绩不得低于80分。

三、参加高考且高考成绩达到所在省本科第二批次录取控制分数线以上的考生，实战加试比赛成绩不得低于70分。

击 剑

按国家体育总局制定的《普通高等学校运动训练、武术与民族传统体育专业体育专项考试方法与评分标准》执行。