

附件 3:

山东省牟平第一中学 2024 年篮球特长学生招生测试方案

为促进篮球特色学校发展，我校现面向全市招收具有较高篮球专项素养的特长学生，具体测试方案如下。

一、招生范围和计划

面向烟台市招收篮球特长学生 10 人（男女不限）。

二、测试时间和地点

（一）测试时间

7 月 2 日上午 8:00 至学校东区阶梯教室 A 报到，8:30 开始测试。

（二）测试地点

山东省牟平第一中学（烟台市牟平区崔山大街 551 号）

三、测试内容和评分

（一）测试内容

测试内容	项目及分值	测试地点
专项测试 (40 分)	助跑摸高 (12 分)	体育馆三楼
	综合技术 (14 分)	体育馆三楼
	比赛 (14 分)	体育馆三楼
素质测试 (60 分)	100 米 (20 分)	体育场
	立定跳远 (20 分)	体育场
	原地推铅球 (20 分) (男 5KG / 女 4KG)	体育场

（二）测试评分

三名评委集体打分，现场进行组织、计时等分工，合议确认测试成绩及对应得分。

四、测试办法和标准

（一）助跑摸高(12 分)

1. 测试方法

助跑单脚(或双脚)起跳摸高，以摸高的最高高度计分，每人两次，取最佳成绩。

2. 评分标准：满分 12 分，其达标成绩详见评分表。

（二）综合技术(14 分)

1. 测试方法

考生在 28m×15m 的标准场地的一个半场进行测试，考生持球从罚球线后的罚球圈外中点处出发，即自动开启计时表，至罚球线后，进行连续 5 次投篮后，抢篮板球，先向左（右）边的边线与中线的交接点运球，然后折回，做运球上篮，如球不进则补篮，直至补球进篮筐后，迅速徒手通过罚球圈外的出发点，自动停止计时表(见图 1)。

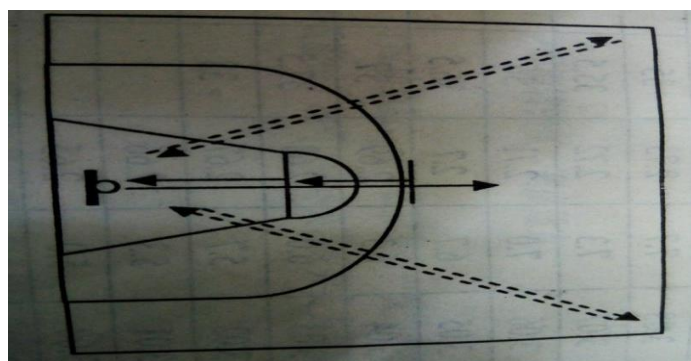


图 1

2. 评分标准

(1) 投篮成绩评分，满分为 8 分，详见评分表

(2) 运球计时成绩评分，满分为 6 分，详见评分表

(三) 比赛(14 分)

1. 测试方法

根据考生人数，进行全场或半场的编队比赛，采用半场人盯人防守测试其技术和战术的运用能力。对成绩较好的考生，可再进行一轮比赛，每场比赛时间，要以能够全部观察、了解每个考生的情况而定。

评定内容：

(1) 个人攻击能力：观察技术运用的合理性和熟练程度，重点看投篮、突破和传接球。

(2) 防守能力：观察个人防守和协同防守。

(3) 战术意识：观察全场比赛中攻守转换速度、快攻意识和个人技术行动。

2. 评分标准：满分为 16 分，按四级评分。

优秀：较好地做到以上三项 14—11.5 分

良好：较好地做到以上两项 11.4—9.5 分

及格：三项中有一项较好 9.4—7.5 分

不及格：三项皆差 7.4 分以下。

篮球专项达标项目成绩表

助跑摸高10分(米)			往返运球投篮6分(秒)			五次投篮8分(次)		
男	分值	女	男	分值	女	男	分值	女
3. 21	12. 0	2. 86	28. 5	6	33	7	8	7
3. 20	11. 7	2. 85	29	5. 7	33. 5	6	6. 5	6
3. 19	11. 3	2. 84	29. 5	5. 4	34	5	5	5
3. 18	11. 0	2. 83	30	5. 1	34. 5	4	3. 5	4
3. 17	10. 7	2. 82	30. 5	4. 8	35	3	2	3
3. 16	10. 3	2. 81	31	4. 5	35. 5	2	0	2
3. 15	10	2. 80	31. 5	4. 2	36	1	0	1
3. 14	9. 7	2. 79	32	3. 9	36. 5			
3. 13	9. 3	2. 78	32. 5	3. 6	37			
3. 12	9. 0	2. 77	33	3. 3	37. 5			
3. 11	8. 7	2. 76	33. 5	3	38			
3. 10	8. 3	2. 75	34	2. 8	38. 5			
3. 09	8. 0	2. 74	34. 5	2. 5	39			
3. 08	7. 7	2. 73	35	2. 2	39. 5			
3. 07	7. 3	2. 72	35. 5	1. 9	40			
3. 06	7. 0	2. 71	36	1. 6	40. 5			
3. 05	6. 7	2. 70	36. 5	1. 3	41			
3. 04	6. 3	2. 69	37	1	41. 5			
3. 03	6. 0	2. 68	37. 5	0. 7	42			
3. 02	5. 7	2. 67	38	0. 5	42. 5			
3. 01	5. 3	2. 66						
3. 00	5. 0	2. 65						
2. 99	4. 7	2. 64						
2. 98	4. 3	2. 63						
2. 97	4. 0	2. 62						
2. 96	3. 7	2. 61						
2. 95	3. 3	2. 60						
2. 94	3. 0	2. 59						
2. 93	2. 7	2. 58						
2. 92	2. 3	2. 57						
2. 91	2. 0	2. 56						
2. 90	1. 7	2. 55,						
2. 89	1. 3	2. 54						
2. 88	1. 0	2. 53						
2. 87	0. 7	2. 52						
2. 86	0. 3	2. 51						

(四) 身体素质测试项目评分表

男子 100 米

分值	成绩		分值	成绩	
	手计	电计		手计	电计
20.00	11 秒 8	12 秒 04	7.56	13 秒 9	14 秒 14
19.30	11 秒 9	12 秒 14	7.10	14 秒 0	14 秒 24
18.60	12 秒 0	12 秒 24	6.67	14 秒 1	14 秒 34
17.90	12 秒 1	12 秒 34	6.24	14 秒 2	14 秒 44
17.30	12 秒 2	12 秒 44	5.83	14 秒 3	14 秒 54
16.63	12 秒 3	12 秒 54	5.42	14 秒 4	14 秒 64
15.96	12 秒 4	12 秒 64	5.04	14 秒 5	14 秒 74
15.31	12 秒 5	12 秒 74	4.67	14 秒 6	14 秒 84
14.66	12 秒 6	12 秒 84	4.31	14 秒 7	14 秒 94
14.04	12 秒 7	12 秒 94	3.96	14 秒 8	15 秒 04
13.43	12 秒 8	13 秒 04	3.62	14 秒 9	15 秒 14
12.83	12 秒 9	13 秒 14	3.31	15 秒 0	15 秒 24
12.24	13 秒 0	13 秒 24	3.00	15 秒 1	15 秒 34
11.66	13 秒 1	13 秒 34	2.71	15 秒 2	15 秒 44
11.11	13 秒 2	13 秒 44	2.42	15 秒 3	15 秒 54
10.56	13 秒 3	13 秒 54	2.16	15 秒 4	15 秒 64
10.03	13 秒 4	13 秒 64	1.91	15 秒 5	15 秒 74
9.50	13 秒 5	13 秒 74	1.67	15 秒 6	15 秒 84
9.00	13 秒 6	13 秒 84	1.44	15 秒 7	15 秒 94
8.51	13 秒 7	13 秒 94	1.22	15 秒 8	16 秒 04
8.03	13 秒 8	14 秒 04	1.00	15 秒 9	16 秒 14

女子 100 米

分值	成绩		分值	成绩	
	手计	电计		手计	电计
20.00	13 秒 9	14 秒 14	7.73	16 秒 2	16 秒 44
19.20	14 秒 0	14 秒 24	7.32	16 秒 3	16 秒 54
18.60	14 秒 1	14 秒 34	6.92	16 秒 4	16 秒 64
18.00	14 秒 2	14 秒 44	6.54	16 秒 5	16 秒 74
17.39	14 秒 3	14 秒 54	6.17	16 秒 6	16 秒 84
16.79	14 秒 4	14 秒 64	5.81	16 秒 7	16 秒 94
16.19	14 秒 5	14 秒 74	5.45	16 秒 8	17 秒 04
15.61	14 秒 6	14 秒 84	5.11	16 秒 9	17 秒 14
15.04	14 秒 7	14 秒 94	4.78	17 秒 0	17 秒 24
14.48	14 秒 8	15 秒 04	4.45	17 秒 1	17 秒 34
13.93	14 秒 9	15 秒 14	4.14	17 秒 2	17 秒 44
13.39	15 秒 0	15 秒 24	3.84	17 秒 3	17 秒 54
12.86	15 秒 1	15 秒 34	3.55	17 秒 4	17 秒 64
12.35	15 秒 2	15 秒 44	3.26	17 秒 5	17 秒 74
11.83	15 秒 3	15 秒 54	3.00	17 秒 6	17 秒 84
11.34	15 秒 4	15 秒 64	2.74	17 秒 7	17 秒 94
10.85	15 秒 5	15 秒 74	2.50	17 秒 8	18 秒 04
10.37	15 秒 6	15 秒 84	2.26	17 秒 9	18 秒 14
9.90	15 秒 7	15 秒 94	2.03	18 秒 0	18 秒 24
9.44	15 秒 8	16 秒 04	1.80	18 秒 1	18 秒 34
9.00	15 秒 9	16 秒 14	1.60	18 秒 2	18 秒 44
8.57	16 秒 0	16 秒 24	1.40	18 秒 3	18 秒 54
8.14	16 秒 1	16 秒 34	1.20	18 秒 4	18 秒 64

男子立定跳远（成绩计算单位：米）

分值	成绩	分值	成绩
20.00	2.72	7.80	2.32
19.60	2.71	7.57	2.31
19.20	2.70	7.34	2.30
18.80	2.69	7.13	2.29
18.40	2.68	6.91	2.28
18.00	2.67	6.70	2.27
17.57	2.66	6.48	2.26
17.23	2.65	6.28	2.25
16.88	2.64	6.07	2.24
16.55	2.63	5.87	2.23
16.22	2.62	5.66	2.22
15.89	2.61	5.47	2.21
15.56	2.60	5.28	2.20
15.24	2.59	5.09	2.19
14.93	2.58	4.91	2.18
14.60	2.57	4.73	2.17
14.29	2.56	4.55	2.16
13.99	2.55	4.37	2.15
13.68	2.54	4.20	2.14
13.38	2.53	4.06	2.13
13.08	2.52	3.86	2.12
12.78	2.51	3.71	2.11
12.49	2.50	3.54	2.10
12.20	2.49	3.31	2.09
11.92	2.48	3.24	2.08
11.64	2.47	3.08	2.07
11.35	2.46	2.94	2.06
11.08	2.45	2.81	2.05
10.81	2.44	2.66	2.04
10.54	2.43	2.53	2.03
10.27	2.42	2.40	2.02
10.01	2.41	2.27	2.01
9.76	2.40	2.15	2.00
9.49	2.39	2.03	1.99
9.24	2.38	1.91	1.98
9.00	2.37	1.79	1.97
8.75	2.36	1.68	1.96
8.51	2.35	1.57	1.95
8.27	2.34	1.46	1.94
8.03	2.33	1.37	1.93

女子立定跳远（成绩计算单位：米）

分值	成绩	分值	成绩
20.00	2.27	7.66	1.82
19.60	2.26	7.45	1.81
19.20	2.25	7.26	1.80
18.80	2.24	7.06	1.79
18.40	2.23	6.86	1.78
18.00	2.22	6.67	1.77
17.60	2.21	6.48	1.76
17.29	2.20	6.29	1.75
16.99	2.19	6.11	1.74
16.69	2.18	5.93	1.73
16.40	2.17	5.75	1.72
16.10	2.16	5.57	1.71
15.82	2.15	5.39	1.70
15.53	2.14	5.22	1.69
15.24	2.13	5.05	1.68
14.95	2.12	4.88	1.67
14.68	2.11	4.79	1.66
14.40	2.10	4.56	1.65
14.12	2.09	4.40	1.64
13.85	2.08	4.25	1.63
13.57	2.07	4.09	1.62
13.15	2.06	3.94	1.61
13.04	2.05	3.79	1.60
12.78	2.04	3.65	1.59
12.52	2.03	3.50	1.58
12.28	2.02	3.36	1.57
12.01	2.01	3.22	1.56
11.76	2.00	3.08	1.55
11.51	1.99	2.95	1.54
11.26	1.98	2.82	1.53
11.02	1.97	2.69	1.52
10.78	1.96	2.57	1.51
10.54	1.95	2.45	1.50
10.30	1.94	2.33	1.49
10.07	1.93	2.21	1.48
9.83	1.92	2.09	1.47
9.60	1.91	1.98	1.46
9.37	1.90	1.87	1.45
9.16	1.89	1.76	1.44
8.93	1.88	1.66	1.43
8.71	1.87	1.56	1.42
8.50	1.86	1.45	1.41
8.28	1.85	1.36	1.40
8.08	1.84	1.26	1.39
7.86	1.83		

男子铅球（成绩计算单位：米）

分值	成绩	分值	成绩
20.00	11.70	7.79	7.70
19.60	11.60	7.56	7.60
19.20	11.50	7.33	7.50
18.90	11.40	7.10	7.40
18.45	11.30	6.89	7.30
18.00	11.20	6.67	7.20
17.65	11.10	6.46	7.10
17.30	11.00	6.24	7.00
16.97	10.90	6.04	6.90
16.63	10.80	5.83	6.80
16.30	10.70	5.63	6.70
15.96	10.60	5.42	6.60
15.64	10.50	5.23	6.50
15.30	10.40	5.04	6.40
14.99	10.30	4.85	6.30
14.66	10.20	4.67	6.20
14.35	10.10	4.49	6.10
14.04	10.00	4.31	6.00
13.73	9.90	4.13	5.90
13.43	9.80	3.96	5.80
13.13	9.70	3.79	5.70
12.83	9.60	3.62	5.60
12.53	9.50	3.47	5.50
12.24	9.40	3.31	5.40
11.95	9.30	3.16	5.30
11.66	9.20	3.03	5.20
11.39	9.10	2.86	5.10
11.11	9.00	2.71	5.00
10.84	8.90	2.57	4.90
10.56	8.80	2.42	4.85
10.30	8.70	2.29	4.80
10.03	8.60	2.16	4.75
9.77	8.50	2.03	4.70
9.50	8.40	1.91	4.65
9.25	8.30	1.79	4.60
9.00	8.20	1.67	4.55
8.75	8.10	1.55	4.50
8.51	8.00	1.44	4.45
8.27	7.90	1.33	4.40
8.03	7.80	1.22	4.35

女子铅球（成绩计算单位：米）

分值	成绩	分值	成绩
20.00	9.20	8.75	5.60
19.50	9.10	8.51	5.50
19.10	9.00	8.27	5.40
18.70	8.90	8.03	5.30
18.35	8.80	7.79	5.20
18.00	8.70	7.56	5.10
17.65	8.60	7.33	5.00
17.30	8.50	7.10	4.90
16.97	8.40	6.89	4.80
16.63	8.30	6.67	4.70
16.30	8.20	6.46	4.60
15.96	8.10	6.24	4.50
15.64	8.00	6.04	4.40
15.31	7.90	5.83	4.30
14.99	7.80	5.63	4.20
14.66	7.70	5.42	4.10
14.35	7.60	5.23	4.00
14.04	7.50	5.04	3.90
13.73	7.40	4.85	3.80
13.43	7.30	4.67	3.70
13.13	7.20	4.49	3.60
12.83	7.10	4.31	3.50
12.53	7.00	4.13	3.40
12.24	6.90	3.96	3.30
11.95	6.80	3.79	3.20
11.66	6.70	3.62	3.10
11.39	6.60	3.47	3.00
11.11	6.50	3.31	2.95
10.84	6.40	3.16	2.90
10.56	6.30	3.00	2.85
10.30	6.20	2.86	2.80
10.03	6.10	2.71	2.75
9.77	6.00	2.57	2.70
9.50	5.90	2.42	2.65
9.25	5.80	2.29	2.60
9.00	5.70	2.00	2.55

山东省牟平第一中学

2024年6月26日