（附件1）

**深圳中学高中园**

**2025年高中自主招生二类考核方案（体育类）**

# 武术

## 一、报名资格条件

（一）有三年以上正式训练经历、初中阶段在教育、体育行政部门组织的区级比赛前三名、市级比赛前六名、省级比赛单项前八名，须具备成绩证明（成绩单、比赛证书和秩序册作为辅证材料）；

（二）具有国家二级及以上武术运动员等级证书；

（三）具有上述1或2条件相应水平考生但无比赛经历或运动员等级证书的考生，由多名(两名及两名以上)专业教师亲笔签名、学校推荐(推荐信加盖学校公章且推荐信内容应描述考生的专项技能水平，若无表述的推荐信将视为无效推荐信)；

（四）具备上述条件之一者即可；

## 二、现场报名材料

（一）身份证、户口本（验原件收复印件）、大一寸照片2张；

（二）个人详细简历1份、获奖证书原件及复印件；

（三）推荐信原件（加盖公章）、运动员等级证书、相关体育赛事《秩序册》、《成绩册》（验原件收复印件）；

（四）其他相关证明材料。

## 三、专项考核组织

（一）考核时间：2025年7月5日（周六）  
报到时间：上午9：00 考试时间：上午9：30 开始

（二）考核地点：深圳中学高中园（深圳市深汕特别合作区赤石片区科教大道东侧）

（三）候考地点：深圳中学高中园B区学生餐厅

（四）测试地点：深圳中学高中园A8室内体育馆

## 四、考核内容及要求

**武术套路：测试指标及所占分值表-1（总分100分）**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 类 别 | 专项素质（40分） | | | | 专项技能（60分） | |
| 测 试  指 标 | 立定  跳远 | 劈叉  （左右） | 正踢腿 | 腾空飞脚 | 拳术 | 器械 |
| 分 值 | 10分 | 10 | 10分 | 10分 | 30分 | 30分 |

### （一）专项素质测试方法与评分标准：

1.立定跳远（10分）

（1）测试方法：两脚原地站立起跳，不能有预跳或踩线，以身体任何部位着地最近点为测量点，每人测量两次，记其中一次最佳成绩。

（2）评分标准

**立定跳远评分表-2【男子】**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 分值 | 成绩  （厘米） | 分值 | 成绩  （厘米） | 分值 | 成绩  （厘米） | 分值 | 成绩  （厘米） |
| 10.0 | 300 | 7.8 | 278 | 5.6 | 256 | 3.4 | 234 |
| 9.9 | 299 | 7.7 | 277 | 5.5 | 255 | 3.3 | 233 |
| 9.8 | 298 | 7.6 | 276 | 5.4 | 254 | 3.2 | 232 |
| 9.7 | 297 | 7.5 | 275 | 5.3 | 253 | 3.1 | 231 |
| 9.6 | 296 | 7.4 | 274 | 5.2 | 252 | 3.0 | 230 |
| 9.5 | 295 | 7.3 | 273 | 5.1 | 251 | 2.9 | 229 |
| 9.4 | 294 | 7.2 | 272 | 5.0 | 250 | 2.8 | 228 |
| 9.3 | 293 | 7.1 | 271 | 4.9 | 249 | 2.7 | 227 |
| 9.2 | 292 | 7.0 | 270 | 4.8 | 248 | 2.6 | 226 |
| 9.1 | 291 | 6.9 | 269 | 4.7 | 247 | 2.5 | 225 |
| 9.0 | 290 | 6.8 | 268 | 4.6 | 246 | 2.4 | 224 |
| 8.9 | 289 | 6.7 | 267 | 4.5 | 245 | 2.3 | 223 |
| 8.8 | 288 | 6.6 | 266 | 4.4 | 244 | 2.2 | 222 |
| 8.7 | 287 | 6.5 | 265 | 4.3 | 243 | 2.1 | 221 |
| 8.6 | 286 | 6.4 | 264 | 4.2 | 242 | 2.0 | 220 |
| 8.5 | 285 | 6.3 | 263 | 4.1 | 241 | 1.9 | 219 |
| 8.4 | 284 | 6.2 | 262 | 4.0 | 240 | 1.8 | 218 |
| 8.3 | 283 | 6.1 | 261 | 3.9 | 239 | 1.7 | 217 |
| 8.2 | 282 | 6.0 | 260 | 3.8 | 238 | 1.6 | 216 |
| 8.1 | 281 | 5.9 | 259 | 3.7 | 237 | 1.5 | 215 |
| 8.0 | 280 | 5.8 | 258 | 3.6 | 236 | — | — |
| 7.9 | 279 | 5.7 | 257 | 3.5 | 235 | — | — |

**立定跳远评分表-3【女子】**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 分值 | 成绩  （厘米） | 分值 | 成绩  （厘米） | 分值 | 成绩  （厘米） | 分值 | 成绩  （厘米） |
| 10.0 | 240 | 7.9 | 219 | 5.9 | 199 | 3.9 | 179 |
| 9.9 | 239 | 7.8 | 218 | 5.8 | 198 | 3.8 | 178 |
| 9.8 | 238 | 7.7 | 217 | 5.7 | 197 | 3.7 | 177 |
| 9.7 | 237 | 7.6 | 216 | 5.6 | 196 | 3.6 | 176 |
| 9.6 | 236 | 7.5 | 215 | 5.5 | 195 | 3.5 | 175 |
| 9.5 | 235 | 7.4 | 214 | 5.4 | 194 | 3.4 | 174 |
| 9.4 | 234 | 7.3 | 213 | 5.3 | 193 | 3.3 | 173 |
| 9.3 | 233 | 7.2 | 212 | 5.2 | 192 | 3.2 | 172 |
| 9.2 | 232 | 7.1 | 211 | 5.1 | 191 | 3.1 | 171 |
| 9.1 | 231 | 7.0 | 210 | 5.0 | 190 | 3.0 | 170 |
| 9.0 | 230 | 6.9 | 209 | 4.9 | 189 | 2.9 | 169 |
| 8.9 | 229 | 6.8 | 208 | 4.8 | 188 | 2.8 | 168 |
| 8.8 | 228 | 6.7 | 207 | 4.7 | 187 | 2.7 | 167 |
| 8.7 | 227 | 6.6 | 206 | 4.6 | 186 | 2.6 | 166 |
| 8.6 | 226 | 6.5 | 205 | 4.5 | 185 | 2.5 | 165 |
| 8.5 | 225 | 6.4 | 204 | 4.4 | 184 | 2.4 | 164 |
| 8.4 | 224 | 6.3 | 203 | 4.3 | 183 | 2.3 | 163 |
| 8.3 | 223 | 6.2 | 202 | 4.2 | 182 | 2.2 | 162 |
| 8.2 | 222 | 6.1 | 201 | 4.1 | 181 | 2.1 | 161 |
| 8.1 | 221 | 6.0 | 200 | 4.0 | 180 | 2.0 | 160 |
| 8.0 | 220 | — | — | — | — |  | — |

2.劈叉（10分）

**劈叉评分表-4**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 劈叉  （左右） | 两腿伸直，前后劈成直线臀部和两腿贴地 | 臀部和地面相贴  相距5厘米以内  相距5厘米以上10厘米以内  相距10厘米以外 | 左 右  5 5  3 3  2 2  0 0 | 10分 |

3.正踢腿（10分）

（1）测试方法：身体正直，挺胸、收腹、立腰。踢腿时，摆动腿挺膝伸直，脚尖勾起绷落。收髋猛收腹，踢腿过腰后加速，要有寸劲。

（2）评分标准：考评员参照正踢腿评分表，独立对考生的技术完成情况进行评定。按10分制打分，所打分数至多可到小数点后一位。

**正踢腿评分表-5**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 等级 | 优 | 良 | 中 | 差 |
| 分值 | 10—8.7分 | 8.6—7.6分 | 7.5—6分 | 6分以下 |
| 标准 | 凡符合摆动腿挺膝伸直，且其余三点（支撑腿挺直，上体正直，摆动腿脚尖触及额头）都符合技术要求。 | 凡符合摆动腿挺膝伸直，且其余三点（支撑腿挺直，上体正直，摆动腿脚尖触及额头）符合两点。 | 凡符合摆动腿挺膝伸直，且其余三点（支撑腿挺直，上体正直，摆动腿脚尖触及额头）符合一点。 | 凡摆动腿未挺膝伸直，或摆动腿挺膝伸直其余三点（支撑腿挺直，上体正直，摆动腿脚尖触及额头）均不符合。 |

4.腾空飞脚（10分）

（1）测试方法：在空中，左腿屈膝收控于腹前；右腿在空中踢摆时，击响腿脚尖过肩；击响时，击掌、拍脚连续、准确、响亮；上体正直或微向前倾；落地时，起跳脚先着地。

（2）评分标准：考评员参照腾空飞脚评分表，独立对考生的技术完成情况进行评定。按10分制打分，所打分数至多可到小数点后一位。

**腾空飞脚评分表-6**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 等级 | 优 | 良 | 中 | 差 |
| 分值 | 10—8.7分 | 8.6—7.6分 | 7.5—6分 | 6分以下 |
| 标准 | 凡符合起跳脚先着地，且其余三点（左腿屈膝，连续击掌、拍脚，摆动腿脚尖过肩）符合三点技术要求。 | 凡符合起跳脚先着地，且其余三点（左腿屈膝，连续击掌、拍脚，摆动腿脚尖过肩）符合两点技术要求。 | 凡符合起跳脚先着地，且其余三点（左腿屈膝，连续击掌、拍脚，摆动腿脚尖过肩）符合一点技术要求。 | 凡起跳脚未先着地，且其余三点（左腿屈膝，连续击掌、拍脚，摆动腿脚尖过肩）均不符合技术要求。 |

5.专项技能（60分）

（1）测试方法：考生在下述规定拳种和器械中任选一个拳种的拳术和器械进行测试（拳术和器械各1项，例如：南拳/南刀或南棍、自选拳术/自选刀术、自选剑术或自选枪术等），要求必须身穿专业武术套路比赛服装，按照规定的时间在8×14米的场地上完成套路。

完成套路时间：

①太极拳及太极器械：2—3分钟；

②拳术及器械：不少于1分20秒。

（2）评分标准：考评员参照评分表，独立对考生的动作质量和演练水平进行综合评定。按拳术（30分）和器械（30分）打分，总分共60分，所打分数至多可到小数点后一位。

**专项技能评分表-7**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 等级 | 优 | 良 | 中 | 差 |
| 分值 | 26—30分 | 21—25分 | 15—20分 | 14分以下 |
| 标准 | 动作姿势规范、方法运用合理、技术熟练、节奏分明、协调流畅、劲力充足、风格突出 | 动作姿势较规范、方法运用较合理、技术较熟练、节奏处理较好、动作较流畅、劲力较充足、风格较突出 | 动作姿势基本规范、方法运用基本合理、动作流畅性、劲力、节奏、风格一般 | 动作姿势不规范、方法运用不合理、技术不熟练、节奏、动作协调性、劲力、拳种风格特点不突出 |

# 田径

## 一、报名资格条件

（一）具有三年以上训练经历，并在初中阶段获得市级以上教育、体育行政部门组织的田径比赛单项前八名、市级比赛单项前六名或区级比赛单项前三名；

（二）具有国家二级及以上田径运动员证书或成绩证明；

（三）具有上述1或2条件相应水平考生但无比赛经历或运动员等级证书的考生，由多名(两名及两名以上)专业教师亲笔签名、学校推荐(推荐信加盖学校公章且推荐信内容应描述考生的专项技能水平，若无表述的推荐信将视为无效推荐信)；

（四）具备上述条件之一者即可；

## 二、现场报名材料

（一）身份证、户口本（验原件收复印件）、大一寸照片2张；

（二）个人详细简历1份、获奖证书原件及复印件；

（三）推荐信原件（加盖公章）、运动员等级证书、相关体育赛事《秩序册》、《成绩册》（验原件收复印件）；

（四）其他相关证明材料。

## 三、专项考核组织

（一）考核时间：2025年7月5日（周六）  
报到时间：上午9：00 考试时间：上午9：30 开始

（二）考核地点：深圳中学高中园（深圳市深汕特别合作区赤石片区科教大道东侧）

（三）候考地点：深圳中学高中园B区学生餐厅

（四）测试地点：深圳中学高中园A8田径场

## 四、考核内容及要求

考核满分100分，内容由专业测试和技术评价两个部分组成，总成绩为专项测试分数\*80%加技术评价分数；

### （一）专项测试（80%）

专项：100米、400米、跳远。（考生只限于报考专项的考核）

考核办法：

1.考生检录时间、地点：考生需持有本人准考证、第二代身份证检录，径赛项目考前10分钟在各项目起点检录；田赛项目考前 15 分钟在各项目跳跃场地检录。径赛项目的考生跑到终点后，须站回原跑道，待监考员核对准考证、身份证后方可离开。

2.径赛各组次起跑有1次犯规的机会，之后的犯规将被取消考核资格；田赛远度项目每人有六次试跳机会；其他考试办法参照最新《田径竞赛规则》执行。

3.径赛项目采用电计时系统。

4.各专项考核项目按成绩计分。

**评分标准**：

**田径专项评分表-1【男子】**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 项目  分值 | 100米  （秒） | 400米  （秒） | 跳远  （米） |
| 100 | 11.30 | 51.20 | 6.80 |
| 98 | 11.35 | 51.50 | 6.72 |
| 96 | 11.40 | 51.80 | 6.64 |
| 94 | 11.45 | 52.20 | 6.56 |
| 92 | 11.50 | 52.60 | 6.48 |
| 90 | 11.55 | 53.00 | 6.40 |
| 88 | 11.60 | 53.50 | 6.30 |
| 86 | 11.65 | 54.00 | 6.20 |
| 84 | 11.70 | 54.50 | 6.10 |
| 82 | 11.75 | 55.00 | 6.00 |
| 80 | 11.80 | 55.50 | 5.90 |
| 75 | 11.85 | 56.00 | 5.75 |
| 70 | 11.90 | 56.50 | 5.60 |
| 65 | 12.00 | 57.00 | 5.45 |
| 60 | 12.20 | 57.50 | 5.30 |
| 55 | 12.50 | 58.00 | 5.15 |
| 50 | 12.80 | 58.50 | 5.00 |

**田径专项评分表-2【女子】**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 项目  分值 | 100米  （秒） | 400米  （秒） | 跳远  （米） |
| 100 | 12.70 | 59.50 | 5.30 |
| 98 | 12.80 | 01.00.00 | 5.22 |
| 96 | 12.90 | 01.00.50 | 5.14 |
| 94 | 13.00 | 01.01.00 | 5.06 |
| 92 | 13.10 | 01.01.50 | 4.98 |
| 90 | 13.20 | 01.02.00 | 4.90 |
| 88 | 13.30 | 01.02.50 | 4.82 |
| 86 | 13.40 | 01.03.00 | 4.74 |
| 84 | 13.50 | 01.03.70 | 4.66 |
| 82 | 13.60 | 01.04.40 | 4.58 |
| 80 | 13.70 | 01.05.10 | 4.50 |
| 75 | 13.90 | 01.05.50 | 4.42 |
| 70 | 14.10 | 01.06.00 | 4.36 |
| 65 | 14.30 | 01.06.50 | 4.28 |
| 60 | 14.50 | 01.07.00 | 4.20 |
| 55 | 14.70 | 01.07.50 | 4.10 |
| 50 | 14.90 | 01.08.00 | 4.00 |

### （二）技术评价（20%）

技术评价由考评专家根据运动员现场运动过程中的动作规范性、运动能力表现、相关项目发展潜力以及运动员身体条件等给予技术评价分。

**技术评价评分表-3**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 评价内容 | | 分值 | |
| 技术动作规范性 | | 4分 | |
| 运动能力表现 | | 4分 | |
| 专项发展潜力 | | 6分 | |
| 身体综合条件 | | 6分 | |
| 综合评分 | 标准 | | 分值 |
| 技术规范，运动能力强，身材条件好，发展潜力高 | | 16-20 |
| 技术较规范，运动能力好，身材条件较好，发展潜力一般 | | 9-15 |
| 技术不规范，运动能力普通，身材条件一般，发展潜力低 | | 0-8 |

# 篮球

## 一、报名资格条件

**男篮**

（一）具有三年以上训练经历，并在初中阶段获得教育、体育行政部门组织的区级比赛前四名、市级比赛前六名、省级比赛单项前八名，须具备成绩证明（成绩单、奖状或秩序册作为辅证材料）；

（二）具有国家二级及以上篮球运动员证书或成绩证明；

（三）具有上述1或2条件相应水平考生但无比赛经历或运动员等级证书的考生，由多名(两名及两名以上)专业教师亲笔签名、学校推荐(推荐信加盖学校公章且推荐信内容应描述考生的专项技能水平，若无表述的推荐信将视为无效推荐信)；

注：符合上述条件1、2的考生不限制身高，符合上述条件3的考生必须净身高不低于180厘米方可报名。

**女篮**

（一）具有三年以上训练经历，并在初中阶段获得教育、体育行政部门组织的区级比赛前三名、市级比赛前六名、省级比赛单项前八名，须具备成绩证明（成绩单、奖状或秩序册作为辅证材料）；

（二）具有国家二级及以上篮球运动员证书或成绩证明；

（三）具有上述1或2条件相应水平考生但无比赛经历或运动员等级证书的考生，由多名(两名及两名以上)专业教师亲笔签名、学校推荐(推荐信加盖学校公章且推荐信内容应描述考生的专项技能水平，若无表述的推荐信将视为无效推荐信)；

注：符合上述条件1、2的考生不限制身高，符合上述条件3的考生必须净身高不低于170厘米方可报名。

## 二、现场报名材料

（一）身份证、户口本（验原件收复印件）、大一寸照片2张；

（二）个人详细简历1份、获奖证书原件及复印件；

（三）推荐信原件（加盖公章）、运动员等级证书、相关体育赛事《秩序册》、《成绩册》（验原件收复印件）；

（四）其他相关证明材料。

## 三、专项考核组织

（一）考核时间：2025年7月5日（周六）

报到时间：上午9：00 考试时间：上午9：30 开始

（二）考核地点：深圳中学高中园（深圳市深汕特别合作区赤石片区

科教大道东侧）

（三）候考地点：深圳中学高中园B区学生餐厅

（四）测试地点：深圳中学高中园B7室内篮球馆

## 四、考核内容及要求

**项目分值表-1**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 序号 | 项 目 | 分值 |
| 1 | 全场折返上篮 | 20分 |
| 2 | 一分钟投篮 | 20分 |
| 3 | 助跑摸高 | 20分 |
| 4 | 实战比赛 | 40分 |
| 合计 | | 100分 |

### （一）往返运球上篮 (20分)

1.测验方法：

考生在球场端线中点外出发区持球站立，身体任意部位穿过端线外沿垂直面时开始计时，男生使用7号球，女生使用6号球。（考试顺序由抽签确定，下同）

运球上篮过程：

（1）右手运球至①处，做右手背后运球，换左手向②处运球；至②处做左手后转身运球，换右手运球至③处；在③处做右手胯下运球后右手上篮。

（2）球中篮后，左手运球返回③处，做左手背后运球，换右手向②处运球；在②处做右手后转身运球，换左手向①处运球；在①处做左手胯下运球后左手上篮。

（3）重复上述动作一次，最后一次上篮命中后，持球冲出端线，身体任意部位穿过端线外沿垂直面时停止计时。

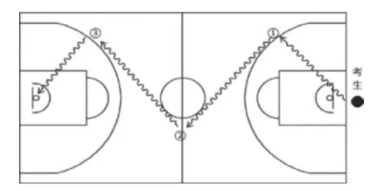
2.规则要求：

（1）必须任意一脚踩到圆圈线或圆圈内地面，才可运球变向，否则视为无效，不予计分。

（2）运球上篮时必须投中，若球未投中仍继续带球前进，视为无效，不予计分。

（3）运球行进过程中不得违例，每次违例计时追加 1 秒；必须用规定的手上篮，错 1 次计时追加 1 秒；胯下变向运球时，必须从体前由内侧向外侧变向运球换手，且双脚不能离开地面，错 1 次计时追加 1 秒。

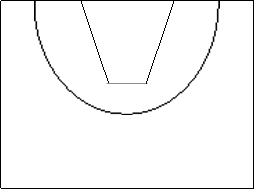
（4）每名受测者有两次机会，记录成绩最好的一次。以秒为单位记录测试成绩，精确到小数点后一位，小数点后二位非“0”时则进1，考生最好成绩按成绩区间范围内的最低区间。



图一

### （二）一分钟投篮 (20分)

1.测验方法：以篮圈中心的垂直投影点为圆心，以该点画一个5.5米距离为半径划弧，弧线外为投篮区。(开始时)考生在弧线外做持球准备动作，听口令开始投篮，裁判员计时开始;投篮后自己抢篮板球，再运球到弧线外再投，连续一分钟(投篮可定点，也可跳投)，男生使用7号球，女生使用6号球。



图二

2.要求：投篮时任何一只起跳脚不得踩线，不得带球跑，违者投中无效。

### （三）助跑摸高 (20分)

1.测验方法：

考生助跑起跳摸高，单手触摸电子摸高器或有固定标尺的高物，记录绝对高度。助跑距离和起跳方式不限。每人测试 2 次，取最好成绩（精确到厘米），考生最好成绩按成绩区间范围内的最低区间。

2.测试要求：

测试前受测者在单(双)手指上涂抹粉末，摸高时粉末触及的刻度线为摸高成绩。

### （四）全场比赛 (40分)

1.根据现场抽签的考生序号进行实战分组对抗,比赛过程中考生只允许采用人盯人防守,测试考生的技、战术水平及运用能力。每场的比赛时间,以能够观察、评价全部考生为止，男生使用7号球，女生使用6号球。

2.评定内容:

（1）身体条件和个人攻、防基本技术;

（2）个人攻、防能力。通过比赛，评定考生个人攻、防技术运用的合理、合法性、熟练程度、合作能力及意识;

（3）战术配合能力。组织发动快攻的战术意识与能力;两、三人战术配合意识与能力。

**篮球考试项目及评分标准**

**篮球专项评分表-2**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目 | 全场折返上篮 | | | |
| 分值 | 男生（身高＜190厘米）秒 | 男生（身高≥190厘米）秒 | 女生（身高＜170厘米）秒 | 女生（身高≥170厘米）秒 |
| 20 | ≤37.61 | ≤40 | ≤40 | ≤43 |
| 19 | 37.62 | 40.62 | 40.87 | 43.87 |
| 18 | 38.26 | 41.26 | 41.76 | 44.76 |
| 17 | 38.93 | 41.93 | 42.69 | 45.69 |
| 16 | 39.62 | 42.62 | 43.64 | 46.64 |
| 15 | 40.35 | 43.35 | 44.62 | 47.62 |
| 14 | 41.11 | 44.11 | 45.64 | 48.64 |
| 13 | 41.75 | 44.75 | 46.48 | 49.48 |
| 12 | 42.41 | 45.41 | 47.35 | 50.35 |
| 11 | 43.47 | 46.47 | 48.71 | 51.71 |
| 10 | 44.61 | 47.61 | 50.16 | 53.16 |
| 9 | 45.43 | 48.43 | 51.17 | 54.17 |
| 8 | 46.76 | 49.76 | 52.79 | 55.79 |
| 7 | 47.73 | 50.73 | 53.95 | 56.95 |
| 6 | 49.36 | 52.36 | 55.83 | 58.83 |
| 5 | 50.58 | 53.58 | 57.2 | 60.2 |
| 4 | 52.74 | 55.74 | 59.53 | 62.53 |
| 3 | 55.53 | 58.53 | 62.35 | 65.35 |
| 2 | 58.11 | 61.11 | 64.75 | 67.75 |
| 1 | 62.37 | 65.37 | 68.24 | 71.24 |
| 0 | 72 以上 | 75 以上 | 73 以上 | 76 以上 |

**篮球专项评分表-3**

| 项目 | 一分钟投篮 | |
| --- | --- | --- |
| 分值 | 男生（个） | 女生（个） |
| 20 | ≥8 | ≥8 |
| 18 | 7 | 7 |
| 16 | 6 | 6 |
| 14 | 5 | 5 |
| 12 | 4 | 4 |
| 10 | 3 | 3 |
| 6 | 2 | 2 |
| 5 | 1 | 1 |
| 0 | 0 | 0 |

**篮球专项评分表-4**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 项目 | 助跑摸高 | |
| 分值 | 男生（米） | 女生（米） |
| 20 | 3.35 | 2.9 |
| 19.7 | 3.34 | 2.89 |
| 19.4 | 3.33 | 2.88 |
| 19.1 | 3.32 | 2.87 |
| 18.8 | 3.31 | 2.86 |
| 18.5 | 3.30 | 2.85 |
| 18.2 | 3.29 | 2.84 |
| 17.9 | 3.28 | 2.83 |
| 17.6 | 3.27 | 2.82 |
| 17.3 | 3.26 | 2.81 |
| 17 | 3.25 | 2.8 |
| 16.7 | 3.24 | 2.79 |
| 16.4 | 3.23 | 2.78 |
| 16.1 | 3.22 | 2.77 |
| 15.8 | 3.21 | 2.76 |
| 15.5 | 3.20 | 2.75 |
| 15.2 | 3.19 | 2.74 |
| 14.9 | 3.18 | 2.73 |
| 14.6 | 3.17 | 2.72 |
| 14.3 | 3.16 | 2.71 |
| 14 | 3.15 | 2.7 |
| 12 | 3.10-3.14 | 2.66-2.69 |
| 10 | 3.05-3.09 | 2.61-2.65 |
| 5 | 3.00-3.04 | 2.55-2.60 |
| 0 | 2.99及以下 | 2.54及以下 |

**篮球专项评分表-5**

|  |  |
| --- | --- |
| 项目 | 实战比赛 |
| 等级（分值范围） | 评价标准 |
| 优（40 - 34 分） | 进攻、防守技术动作规范、协调、连贯，运用合理；攻防战术配合意识强；位置技术好，在组织、助攻、篮板、盖帽、抢断、协防、得分等指标上表现突出，综合能力强。 |
| 良（33.9 - 30 分） | 进攻、防守技术动作规范、协调，运用较合理；攻防战术配合意识较强；位置技术较好，在组织、助攻、篮板、盖帽、抢断、协防、得分等指标上表现较好，综合能力较强。 |
| 中（29.9 - 18分） | 进攻、防守技术动作基本规范，运用基本合理；攻防战术配合意识一般；位置技术一般，在组织、助攻、篮板、盖帽、抢断、协防、得分等指标上表现一般，综合能力一般。 |
| 差（17.9 分以下） | 进攻、防守技术动作不规范、不协调，运用不合理；攻防战术配合意识差；位置技术差，在组织、助攻、篮板、盖帽、抢断、协防、得分等指标上表现较差，综合能力差。 |

# 网球

## 一、报名资格条件

（一）有三年及以上网球项目的正式训练经历，并在初中阶段获得教育、体育行政部门组织的市级比赛前六名、省级比赛单项前八名，须具备成绩证明（成绩单、奖状或秩序册作为辅证材料）；

（二）具有国家二级及以上网球运动员等级证书或成绩证明；

（三）具有上述1或2条件相应水平考生但无比赛经历或运动员等级证书的考生，由多名(两名及两名以上)专业教师亲笔签名、学校推荐(推荐信加盖学校公章且推荐信内容应描述考生的专项技能水平，若无表述的推荐信将视为无效推荐信)；

（四）满足上述条件之一即可；

## 二、现场报名材料

（一）身份证、户口本（验原件收复印件）、大一寸照片2张；

（二）个人详细简历1份、获奖证书原件及复印件；

（三）推荐信原件（加盖公章）、运动员等级证书、相关体育赛事《秩序册》、《成绩册》（验原件收复印件）；

（四）其他相关证明材料。

## 三、专项考核组织

（一）考核时间：2025年7月5日（周六）

报到时间：上午9：00 考试时间：上午9：30 开始

（二）考核地点：深圳中学高中园（深圳市深汕特别合作区赤石片区

科教大道东侧）

（三）候考地点：深圳中学高中园B区学生餐厅

（四）测试地点：深圳中学高中园A8室外网球场

## 四、考核内容及要求

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 考试内容 | 指标 | 分值 |
| 实战能力 | 比赛 | 90 分 |
| 专项素质 | 扇形移动 | 10 分 |

### （一）实战能力：比赛（90分）

1.测试方法

（1）如果出现考生人数不超过 6 人（含），采用单循环制进行比赛，7 人（含）以上采用先分组循环后交叉淘汰混合制。比赛采用 6 局一盘平局决胜制和无占先计分法，比分 6：6 时抢 7 决胜（男女分开考试，若出现报考人数不足 1:3,则安排陪考进行考试）。

（2）如遇到下雨天气，视考生人数多少决定赛制，比赛采用抢 11 分决胜制。

（3）现场抽签。

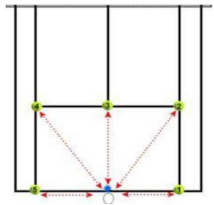
2.成绩评定

比赛名次分（ 90 分）：按名次顺序计分，第一名：90 分；第二名 82分；第三名 72 分；第四名至第七名 62 分；第八名及以后 50 分。

（二）专项素质：扇形移动（10分）

1.测试方法

被测试者在网球单打场底线的中点 A 处（即发球中线），听口令出发，按逆时针方向，分别向①、②、③、④、⑤点移动折返跑回 A 点，（见图 1），记录完成的时间。



注：被测试者必须脚掌触定点处，否则无效处理。每个无效点扣 1 分。

2.评分标准

根据被测者所用的时间达标给分，详见表 1：专项素质分值表。

**扇形移动跑评分表-1**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 分数 | 男子 | 女子 |
| 10 | 15.0 | 16.0 |
| 9 | 16.0 | 17.0 |
| 8 | 17.0 | 18.0 |
| 7 | 18.0 | 19.0 |
| 6 | 19.0 | 20.0 |
| 5 | 20.0 | 21.0 |
| 4 | 21.0 | 22.0 |
| 3 | 22.0 | 23.0 |
| 2 | 23.0 | 24.0 |
| 1 | 24.0 | 25.0 |

# 排球

**（非自由人）**

## 一、报名资格条件

（一）具有三年以上训练经历，并在初中阶段获得教育、体育行政部门组织的区级比赛前四名、市级比赛前六名、省级比赛单项前八名，须具备成绩证明（成绩单、奖状或秩序册作为辅证材料）；

（二）具有国家二级及以上排球运动员证书或成绩证明；

（三）具有上述1或2条件相应水平考生但无比赛经历或运动员等级证书的考生，由多名(两名及两名以上)专业教师亲笔签名、学校推荐(推荐信加盖学校公章且推荐信内容应描述考生的专项技能水平，若无表述的推荐信将视为无效推荐信)；

注：女生符合上述条件1、2的考生不限制身高，符合上述条件3的考生必须净身高不低于168厘米方可报名；男生符合上述条件1、2、3的考生必须净身高不低于182厘米方可报名。

## 二、现场报名材料

（一）身份证、户口本（验原件收复印件）、大一寸照片2张；

（二）个人详细简历1份、获奖证书原件及复印件；

（三）推荐信原件（加盖公章）、运动员等级证书、相关体育赛事《秩序册》、《成绩册》（验原件收复印件）；

（四）其他相关证明材料。

## 三、专项考核组织

（一）考核时间：2025年7月5日（周六）

报到时间：上午9：00 考试时间：上午9：30 开始

（二）考核地点：深圳中学高中园（深圳市深汕特别合作区赤石片区

科教大道东侧）

（三）候考地点：深圳中学高中园B区学生餐厅

（四）测试地点：深圳中学高中园A8室内排球馆

## 四、考核内容及要求

### （一）考核指标与所占分值（共100分）

**考核指标所占分值表-1**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 类别 | 专项素质 | 专项技术 | | 实战能力 |
| 考核指标 | 助跑摸高 | 发球 | 扣球 | 比赛 |
| 分值 | 20分 | 20分 | 20分 | 40分 |

### （二）考试方法与评分标准

1.专项素质

助跑摸高

（1）考试方法：考生助跑双脚起跳摸高，单手触摸电子摸高器或有固定标尺的高度，记录绝对高度。每人测试2次，取最好成绩（精确到厘米），考生最好成绩按成绩区间范围内的最低区间。

（2）测试前受测者在单(双)手指上涂抹粉末，摸高时粉末触及的刻度线为摸高成绩。

（3）评分标准：见表2、表3。

**助跑摸高评分表-2【女生】**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 分值 | 女生（米） | 分值 | 女生（米） |
| 20 | 2.80 | 16.1 | 2.67 |
| 19.7 | 2.79 | 15.8 | 2.66 |
| 19.4 | 2.78 | 15.5 | 2.65 |
| 19.1 | 2.77 | 15.2 | 2.64 |
| 18.8 | 2.76 | 14.9 | 2.63 |
| 18.5 | 2.75 | 14.6 | 2.62 |
| 18.2 | 2.74 | 14.3 | 2.61 |
| 17.9 | 2.73 | 14 | 2.60 |
| 17.6 | 2.72 | 12 | 2.56-2.59 |
| 17.3 | 2.71 | 10 | 2.51-2.55 |
| 17 | 2.70 | 5 | 2.45-2.50 |
| 16.7 | 2.69 | 0 | 2.44及以下 |
| 16.4 | 2.68 |  |  |

**助跑摸高评分表-3【男生】**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 分值 | 男生（米） | 分值 | 男生（米） |
| 20 | 3.35 | 16.1 | 3.22 |
| 19.7 | 3.34 | 15.8 | 3.21 |
| 19.4 | 3.33 | 15.5 | 3.20 |
| 19.1 | 3.32 | 15.2 | 3.19 |
| 18.8 | 3.31 | 14.9 | 3.18 |
| 18.5 | 3.30 | 14.6 | 3.17 |
| 18.2 | 3.29 | 14.3 | 3.16 |
| 17.9 | 3.28 | 14 | 3.15 |
| 17.6 | 3.27 | 12 | 3.10-3.14 |
| 17.3 | 3.26 | 10 | 3.05-3.09 |
| 17 | 3.25 | 5 | 3.00-3.04 |
| 16.7 | 3.24 | 0 | 2.99以下 |
| 16.4 | 3.23 |  |  |

2.专项技术

发球

（1）考试方法：考生在发球区内任意位置连续发球10次，每次发球根据落点区域的不同获得相应的分数，累计10次发球得分为最终成绩。

（2）女生评分标准：发球落点进入A区（中线后距离两边边线内2米，距离端线内2米的区域），得2分；进入场地其他区域得1分；发球失误或犯规不得分。发球得分区域如图1所示。

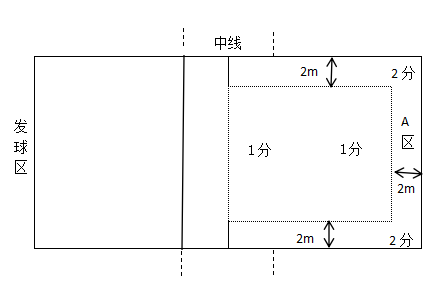


图1

（3）男生评分标准：发球落点进入A区（中线后距离两边边线内1.5米，距离端线内1.5米的区域），得2分；进入场地其他区域得1分；发球失误或犯规不得分。发球得分区域如图2所示。

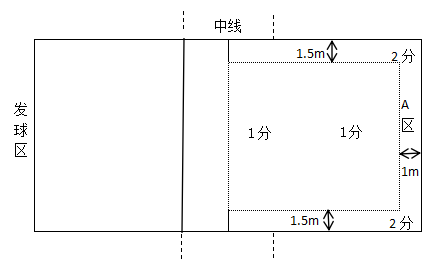


图2

扣球

（1）考试方法：考生一人连续扣考评员从网前二传位置的传球。每名考生先扣5次直线，再扣5次斜线，共扣10次球，根据每个球落点区域的不同获得相应的分数，累计10次扣球得分为最终成绩。扣球位置（二或四号位）考生可自行选定。如图3所示。

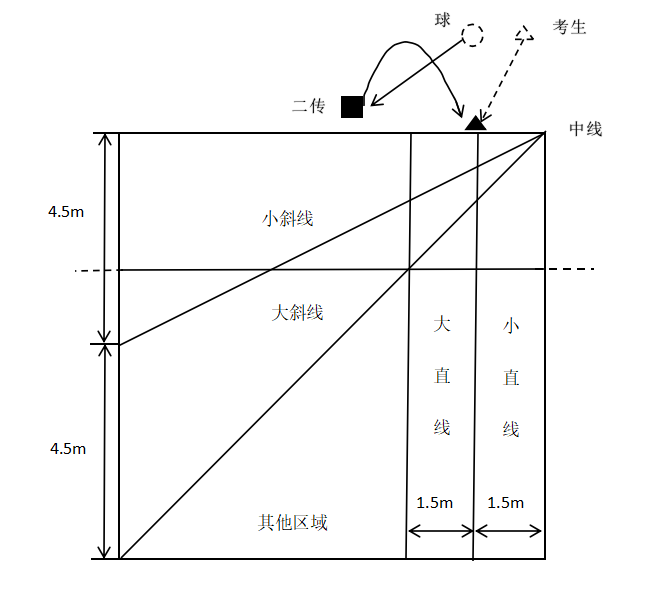


图3

（2）女生评分标准

扣球技术动作必须完整，具有一定的力量、速度和攻击力。搓吊球技术（引臂和挥臂击球动作中，肘关节未高于肩）和击出球呈抛物线飞行，属于犯规技术，不得分；扣球出界和未过网不得分；扣球擦网和滚网，根据滚网和擦网过网后的实际落点和情况计分。

量化评分：根据每个扣球落点进行相应的赋分，满分20分。

直线扣球评分：

①扣球落点在小直线区或大直线内，得2分；

②扣球落点在场内直线区以外的其它区域，得1分；

③扣球失误或技术犯规，得0分。

斜线扣球评分：

①扣球落点在小斜线区内或大斜线区内，得2分；

②扣球落点在场内斜线区以外的其它区域，得1分；

③扣球失误或技术犯规，得0分。

（3）男生评分标准

扣球技术动作必须完整，具有一定的力量、速度和攻击力。搓吊球技术（引臂和挥臂击球动作中，肘关节未高于肩）和击出球呈抛物线飞行，属于犯规技术，不得分；扣球出界和未过网不得分；扣球擦网和滚网，根据滚网和擦网过网后的实际落点和情况计分。

量化评分：根据每个扣球落点进行相应的赋分，满分20分。

直线扣球评分：

①扣球落点在1.5米小直线内，得2分；

②扣球落点在1.5米大直线内，得1分；

③扣球落点在直线区以外的其它区域，得0.5分；

④扣球失误或技术犯规，得0分。

斜线扣球评分：

①扣球落点在小斜线区内，得2分；

②扣球落点在大斜线区域内，得1分；

③扣球落点在斜线区以外的其它区域，得0.5分；

④扣球失误或技术犯规，得0分。

3.实战能力

比赛

（1）考试方法：视考生人数分队进行比赛（可由考评员向两边抛球进行），每场比赛时间，以能够观察和评价考生的实际竞技能力为标准，由现场主考评委确定。

（2）评分标准：考评员参照实战能力评分细则（表4），独立对考生的技术动作规范、协调程度，运用效果，战术意识以及个人实战能力等方面进行综合评定。分数至多可到小数点后1位。

**排球实战能力评分细则-4**

|  |  |
| --- | --- |
| 等级（分值范围） | 评价标准 |
| 优（40-34分） | 技术动作规范协调，运用效果良好战术意识及个人实战能力强。 |
| 良（33.9-30） | 技术动作较规范协调，运用效果良好；战术意识及个人实战能力较强。 |
| 中（29.9-18分） | 技术动作规范程度、协调性及运用效果一般；战术意识及个人实战能力一般。 |
| 差（17.9分以下） | 技术动作规范程度、协调性及运用效果较差；战术意识及个人实战能力较差。 |

# 羽毛球

## 一、报名资格条件

（一）有六年以上正式训练经历，初中阶段在市级及以上教育、体育行政部门组织的羽毛球比赛中获奖;

（二）具有国家二级及以上羽毛球运动员证书；

（三）具有上述1或2条件相应水平考生但无比赛经历或运动员等级证书的考生，由多名(两名及两名以上)专业教师亲笔签名、学校推荐(推荐信加盖学校公章且推荐信内容应描述考生的专项技能水平，若无表述的推荐信将视为无效推荐信)；

（四）具备上述条件之一者即可；

## 二、现场报名材料

（一）身份证、户口本（验原件收复印件）、大一寸照片2张；

（二）个人详细简历1份、获奖证书原件及复印件；

（三）推荐信原件（加盖公章）、运动员等级证书、相关体育赛事《秩序册》、《成绩册》（验原件收复印件）；

（四）其他相关证明材料。

## 三、专项考核组织

（一）考核时间：2025年7月5日（周六）  
报到时间：上午9：00 考试时间：上午9：30 开始

（二）考核地点：深圳中学高中园（深圳市深汕特别合作区赤石片区科教大道东侧）

（三）候考地点：深圳中学高中园B区学生餐厅

（四）测试地点：深圳中学高中园A8羽毛球馆

## 四、考核内容及要求

**项目分值表-1**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 项目 | 分值 | | |
| 基础达标 | 技术评定 | 合计 |
| 1 | 基本技术 | 10分 | 4分 | 14分 |
| 2 | 实战比赛 | 60分 | 26分 | 86分 |
| 合计 | | 70分 | 30分 | 100分 |

### （一）基本技术 14分（其中：基础达标 10 分，技能评定 4 分）

1.基础达标（10分）

方法：考生持拍站在球场后场，距离端线 2.5米区域内。将陪考员发出的高远球分别用正手上手高远球技术和侧身头顶击高远球技术将球击出，球需垂直下落到发球区双打后发球线到端线之间的区域内，每边各五颗球，总计 10颗球。

成绩评定：基础达标评定满分为（10 分）。每球按要求进入指定区域为成功一次，得 1分。考试过程中，如遇陪考人员的失误不计考生失败，再次发球后考生继续计数。考生未进行击球动作，则重新击球，详见表2：

**基础达标评分表-2**

|  |  |
| --- | --- |
| **项目分值** | **综合技术（10分）** |
| 10分 | 成功10次 |
| 9分 | 成功9次 |
| 8分 | 成功8次 |
| 7分 | 成功7次 |
| 6分 | 成功6次 |
| 5分 | 成功5次 |
| 4分 | 成功4次 |
| 3分 | 成功3次 |

……以此类推

2.技能评定（4分）按以下级别评分，各级评分分值见表 3：

优秀：动作正确、合理、协调，击球质量高，控制球能力强；

良好：动作正确、合理、较协调，击球质量较高，控制球能力较强；

及格：动作尚正确、合理、协调，击球质量一般，控制球能力一般；

不及格：动作正确但不合理、不协调，击球质量差，控制球能力差。

**专项技术评定评分表-3**

|  |  |
| --- | --- |
| **项目等级** | **技术评定表（4分）** |
| 优秀 | 4分 |
| 良好 | 3分 |
| 及格 | 2分 |
| 不及格 | 1分及以下 |

### （二）专项比赛测试 86分（其中专项比赛名次 60分，专项比赛能力评定26分）

1.比赛名次（60分）

根据考生报名情况，实战环节采用男女分组对抗，采用一局制的分组循环赛、淘汰赛或循环淘汰混合赛制，执行最新版《羽毛球竞赛规则》并计算比赛得分。

**专项比赛成绩评分表-4**

|  |  |
| --- | --- |
| **比赛名次** | **分值** |
| 第一名 | 60 |
| 第二名 | 55 |
| 第三名 | 50 |
| 第四名 | 45 |
| 第五名 | 40 |
| 第六名 | 35 |
| 第七名 | 30 |
| 第八名 | 25 |
| 第九名 | 20 |
| 第十名 | 15 |

……以此类推

2.专项比赛能力评定（26分）

方法：根据考生在比赛中的综合能力、意志品质、技战术特点、技术发展潜力作出综合评分。按以下级别评分，各级评分分值见表5：

**比赛能力综合评定表-5**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目等级 | 综合能力 | 意志品质 | 技战术特点 | 技术发展潜力 |
| 等级一 | 优秀6-8分 | 顽强4-5分 | 突出4-5分 | 潜力太6-8分 |
| 等级二 | 良好3-5分 | 一般2-3分 | 一般2-3分 | 一般3-5分 |
| 等级三 | 一般2分以下 | 脆弱1分以下 | 低1分以下 | 弱2分以下 |

# 帆船

## 一、报名资格条件

（一）具有国家二级及以上帆船运动员证书；

（二）具有三年以上帆船训练经历，并获得区级及以上教育体育行政部门或俱乐部组织的帆船比赛单项前三名，市级比赛前六名（须具备成绩证明、成绩单或比赛证书等辅证材料）；

（三）具有上述1或2条件相应水平考生但无比赛经历或运动员等级证书的考生，由多名(两名及两名以上)专业教师亲笔签名、学校推荐(推荐信加盖学校公章且推荐信内容应描述考生的专项技能水平，若无表述的推荐信将视为无效推荐信)；

（四）具备上述条件之一者即可；

（五）此类水上项目需要有一定的游泳基础，并身体健康，无遗传病史；

## 二、现场报名材料

（一）身份证、户口本（验原件收复印件）、大一寸照片2张；

（二）个人详细简历1份、获奖证书原件及复印件；

（三）推荐信原件（加盖公章）、运动员等级证书、相关体育赛事《秩序册》、《成绩册》（验原件收复印件）；

（四）其他相关证明材料。

## 三、专项考核组织

（一）考核时间：2025年7月5日（周六）

报到时间：上午9：00 考试时间：上午9：30 开始

（二）考核地点：深圳中学高中园（深圳市深汕特别合作区赤石片区科教大道东侧）

（三）候考地点：深圳中学高中园B区学生餐厅

（四）测试地点：深圳中学高中园B7体能训练室

## 四、考核内容及要求

### （一）内容及要求

1.腹肌耐力：双腿伸直臀部坐于哑铃凳末端位置，由监考老师辅助压住双脚踝关节处，上半身挺直往外延伸后仰保持45度状态，双手放于胸前。另一位监考老师计时。（只有一次测试机会）

2.背肌耐力：身体趴在哑铃凳上，上半身往外延伸，髋部趴在正好卡在哑铃凳末端位置，双腿并拢伸直与哑铃凳保持平行，手放背后腰部处，由监考老师辅助压住双脚踝关节处。另一位监考老师计时。（只有一次测试机会）

3.帆船专业知识：主要考三个部分，迎顺风操作技术、航程技战术、帆船航行规则，具体考核内容以现场抽签决定。

4.综合考察：主要考察考生身高、体重、测试过程等方面，结合项目的发展要求。

5.本测试内容执行第十五届全国运动会帆船项目竞赛规程

6.考生检录时间、地点：体测项目考试前 10 分钟到达指定考场，体测考试前 20分钟候场区场地检录。考生须持本人准考证、第二代身份证考试，考试结束后待监考员核对准考证、身份证后方可离开。

### （二）测试方法与评分标准

1.专项测试

**帆船专项评分表-1**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 帆船 | | | | |
| 类别 | 专项（20分） | | 专项技能（80分） | |
| 测试  项目 | 腹肌  耐力 | 背肌  耐力 | 帆船  专业知识 | 综合  考察 |
| 分值 | 10 | 10 | 60 | 20 |

专项：腹肌耐力、背肌耐力、帆船专业知识、体型测试。

**标准评分表-2【男子】**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 帆船 | |  |
| 分值 | 腹肌耐力(秒) | 背肌耐力(秒) | 分值 |
| 10 | ≥125 | ≥125 | 10 |
| 9 | 115 | 115 | 9 |
| 8 | 105 | 105 | 8 |
| 7 | 95 | 95 | 7 |
| 6 | 85 | 85 | 6 |
| 5 | 75 | 75 | 5 |
| 4 | 65 | 65 | 4 |
| 3 | 55 | 55 | 3 |
| 2 | 45 | 45 | 2 |
| 1 | 40 | 40 | 1 |
| 0 | <40 | <40 | 0 |

**标准评分表-3【女子】**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 帆船 | |  |
| 分值 | 腹肌耐力(秒) | 背肌耐力(秒) | 分值 |
| 10 | ≥120 | ≥120 | 10 |
| 9 | 110 | 110 | 9 |
| 8 | 100 | 100 | 8 |
| 7 | 90 | 90 | 7 |
| 6 | 80 | 80 | 6 |
| 5 | 70 | 70 | 5 |
| 4 | 60 | 60 | 4 |
| 3 | 50 | 50 | 3 |
| 2 | 40 | 40 | 2 |
| 1 | 35 | 35 | 1 |
| 0 | <35 | <35 | 0 |

# 游泳

## 一、报名资格条件：

（一）有正式训练经历，并在初中阶段获得市级及以上教育、体育行政部门组织的游泳比赛单项前四名、省级比赛前八名；

（二）具有国家二级及以上游泳运动员证书或成绩证明；

（三）具有上述1或2条件相应水平考生但无比赛经历或运动员等级证书的考生，由多名(两名及两名以上)专业教师亲笔签名、学校推荐(推荐信加盖学校公章且推荐信内容应描述考生的专项技能水平，若无表述的推荐信将视为无效推荐信)；

（四）报考者应具备上述条件之一；

## 二、现场报名材料

（一）身份证、户口本（验原件收复印件）、大一寸照片2张；

（二）个人详细简历1份、获奖证书原件及复印件；

（三）推荐信原件（加盖公章）、运动员等级证书、相关体育赛事《秩序册》、《成绩册》（验原件收复印件）；

（四）其他相关证明材料。

## 三、专项考核组织

（一）考核时间：2025年7月5日（周六）  
报到时间：上午9：00 考试时间：上午9：30 开始

（二）考核地点：深圳中学高中园（深圳市深汕特别合作区赤石片区科教大道东侧）

（三）候考地点：深圳中学高中园B区学生餐厅

（四）测试地点：深圳中学高中园D3游泳馆

## 四、考核内容及要求

游泳技能考核内容有100m自由泳、100m蛙泳、100m蝶泳、100m仰泳以及200m个人混合泳共五项，考生需从五项内任选其中一项进行考核，主要考察考生的运动能力、技术动作、发展潜力等方面。技能综合成绩由时间成绩和技术动作成绩两部分组成，时间成绩和技术动作成绩满分均为100分，分别占比技能综合成绩的70%和30%，技能综合成绩＝时间成绩×0.7＋技术动作成绩×0.3。时间成绩、技术动作成绩评分标准见下表。

**考核内容1（占比70%）**

**100m自由泳表评分表-1**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 男子 | 时间 | 分值 | 女子 | 时间 | 分值 |
|  | 00:58.12 | 100 |  | 01:05.29 | 100 |
|  | 00:59.04 | 98 |  | 01:06.34 | 98 |
|  | 00:59.96 | 96 |  | 01:07.39 | 96 |
|  | 01:00.89 | 94 |  | 01:08.44 | 94 |
|  | 01:01.81 | 92 |  | 01:09.49 | 92 |
|  | 01:02.73 | 90 |  | 01:10.53 | 90 |
|  | 01:05.16 | 85 |  | 01:13.30 | 85 |
|  | 01:07.62 | 80 |  | 01:16.10 | 80 |
|  | 01:10.08 | 75 |  | 01:18.89 | 75 |
|  | 01:12.54 | 70 |  | 01:21.69 | 70 |
|  | 01:15.00 | 65 |  | 01:24.49 | 65 |
|  | 01:18.04 | 60 |  | 01:27.95 | 60 |

**100m蛙泳评分表-2**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 男子 | 时间 | 分值 | 女子 | 时间 | 分值 |
|  | 01:13.64 | 100 |  | 01:21.58 | 100 |
|  | 01:14.82 | 98 |  | 01:22.87 | 98 |
|  | 01:16.00 | 96 |  | 01:24.17 | 96 |
|  | 01:17.18 | 94 |  | 01:25.46 | 94 |
|  | 01:18.36 | 92 |  | 01:26.75 | 92 |
|  | 01:19.54 | 90 |  | 01:28.04 | 90 |
|  | 01:22.65 | 85 |  | 01:31.45 | 85 |
|  | 01:25.79 | 80 |  | 01:34.89 | 80 |
|  | 01:28.94 | 75 |  | 01:38.34 | 75 |
|  | 01:32.09 | 70 |  | 01:41.78 | 70 |
|  | 01:35.24 | 65 |  | 01:45.23 | 65 |
|  | 01:39.13 | 60 |  | 01:49.49 | 60 |

**100m蝶泳评分表-3**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 男子 | 时间 | 分值 | 女子 | 时间 | 分值 |
|  | 01:03.60 | 100 |  | 01:09.75 | 100 |
|  | 01:04.61 | 98 |  | 01:10.85 | 98 |
|  | 01:05.61 | 96 |  | 01:11.95 | 96 |
|  | 01:06.61 | 94 |  | 01:13.05 | 94 |
|  | 01:07.62 | 92 |  | 01:14.15 | 92 |
|  | 01:08.62 | 90 |  | 01:15.05 | 90 |
|  | 01:11.26 | 85 |  | 01:18.14 | 85 |
|  | 01:13.94 | 80 |  | 01:21.08 | 80 |
|  | 01:16.61 | 75 |  | 01:24.01 | 75 |
|  | 01:19.29 | 70 |  | 01:26.94 | 70 |
|  | 01:21.96 | 65 |  | 01:29.87 | 65 |
|  | 01:25.27 | 60 |  | 01:33.50 | 60 |

**100m仰泳评分表-4**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 男子 | 时间 | 分值 | 女子 | 时间 | 分值 |
|  | 01:05.08 | 100 |  | 01:12.59 | 100 |
|  | 01:06.13 | 98 |  | 01:13.74 | 98 |
|  | 01:07.17 | 96 |  | 01:14.90 | 96 |
|  | 01:08.21 | 94 |  | 01:16.06 | 94 |
|  | 01:09.26 | 92 |  | 01:17.21 | 92 |
|  | 01:10.30 | 90 |  | 01:18.37 | 90 |
|  | 01:13.05 | 85 |  | 01:21.41 | 85 |
|  | 01:15.83 | 80 |  | 01:24.50 | 80 |
|  | 01:18.62 | 75 |  | 01:27.58 | 75 |
|  | 01:21.40 | 70 |  | 01:30.66 | 70 |
|  | 01:24.19 | 65 |  | 01:33.75 | 65 |
|  | 01:27.63 | 60 |  | 01:37.56 | 60 |

**200m个人混合泳评分表-5**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 男子 | 时间 | 分值 | 女子 | 时间 | 分值 |
|  | 02:24.00 | 100 |  | 02:39.00 | 100 |
|  | 02:25.00 | 98 |  | 02:40.00 | 98 |
|  | 02:26.00 | 96 |  | 02:41.00 | 96 |
|  | 02:27.00 | 94 |  | 02:42.00 | 94 |
|  | 02:28.00 | 92 |  | 02:43.00 | 92 |
|  | 02:29.00 | 90 |  | 02:46.00 | 90 |
|  | 02:32.00 | 85 |  | 02:49.00 | 85 |
|  | 02:35.00 | 80 |  | 02:52.00 | 80 |
|  | 02:38.00 | 75 |  | 02:55.00 | 75 |
|  | 02:41.00 | 70 |  | 02:58.00 | 70 |
|  | 02:44.00 | 65 |  | 03:01.00 | 65 |
|  | 02:47.00 | 60 |  | 03:04.00 | 60 |

注：考核项目分值相同者，时间成绩优者优先录取，采取技能综合成绩从高到低择优录取原则。

**考核内容2（占比30%）**

**技术动作评分对照表-6（总分100分）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 分 数 | 要 求 | 备注 |
| 91分-100分 | 动作标准流畅、协调连贯、水感佳、有发展潜力 |  |
| 81分-90分 | 动作较标准流畅、水感较好、综合素质较好 |  |
| 71分-80分 | 动作基本正确、存在较少细节错误、水感一般 |  |
| 61分-70分 | 动作完成度差，动作有断节、不连贯、水感较差 |  |

**深圳中学高中园**

**2025年高中自主招生二类考核方案（艺术类）**

# 合唱团（声乐）

## 一、报名资格条件

（一）初中阶段有两年以上团队训练经历，且在初中阶段参加由区级以上教育行政部门组织的艺术展演活动，有获奖经历的；   
（二）初中阶段有两年以上团队训练经历，具备专业相应水平考生，由多名（两名及以上）专业教师亲笔签名、学校推荐（推荐信加盖学校公章）；  
（三）以上条件满足其中一项即可；

## 二、现场报名材料

（一）身份证、户口本、大一寸相片2张（验原件收复印件）；

（二）由考生所在合唱团提供的在团时间证明（证明加盖学校公章），学生提供近两年的演出剧照一张；

（三）在初中阶段参加各级教育行政部门组织的艺术展演活动的获奖证书（验原件收复印件）或初中学校多位（两名或两名以上）相关专业教师签名证明的特长专业现状水平推荐的推荐信（推荐信加盖学校公章）；

（四）提交报名材料后，考生进行面谈，面谈时，考生需提交关于专业经历的个人简历（纸质版）一份。

## 三、专项考核组织

（一）考核时间：2025年7月5日（周六）  
报到时间：上午9：00 考试时间：上午9：30 开始

（二）考核地点：深圳中学高中园（深圳市深汕特别合作区赤石片区科教大道东侧）

（三）候考地点：深圳中学高中园B3艺术楼一楼

（四）测试地点：深圳中学高中园B3艺术楼一楼

## 四、考核内容及要求

考查考生在艺术审美体验中对专业技能的掌握程度和规范性。注重考生具有健康的审美情趣，舞台表演大方、质朴，不矫揉造作；表演时的完整性与流畅性；艺术表达准确，有艺术表现力和创造性的艺术思维。

### （一）技能考核

以下声乐演唱方式1.或2.任选一项：

1.多声部合唱：自备多声部无伴奏合唱作品1首，以重唱形式，3人以上小组为单位，每人承担一个声部演唱，清唱。每人另外单独清唱一段能体现个人独唱能力的歌曲。

2.独唱（美声或民族唱法）：自备一首独唱曲目，清唱。合唱能力测试(和声音准)。

### （二）音乐素质考核：

五线谱的视唱。视唱考题长度为4小节，调式范围至多涉及二升二降的调，单人考核。

### （三）声乐专项评分标准：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 内容 | 分值 | 评分标准 | 评分办法 |
| 歌唱技术及艺术质量 | 90 | （1）音准准确。  （2）节奏准确。  （3）音域宽广。  （4）声区音色统一。  （5）发声与共鸣方法正确、规范。  （6）咬字吐字清晰，用外文演唱语音正确、规范。 | 依据考生考核的实际表现给予评分 |
| 合唱能力 |
| 视唱 | 10 | （1）音准（2）节奏准确（3）流畅、完整 | 依据考生考核的实际表现给予评分 |
| 合计 | 100 |  | |

# 交响管弦乐团

## 一、报名资格条件

（一）初中阶段有两年以上团队训练经历，且在初中阶段参加由区级以上教育行政部门组织的艺术展演活动，有获奖经历的；

（二）初中阶段有两年以上团队训练经历，具备专业相应水平考生，由多名（两名及以上）专业教师亲笔签名、学校推荐（推荐信加盖学校公章）；

（三）以上条件满足其中一项即可；

招收乐器种类：小提琴、中提琴、大提琴、低音提琴、小军鼓、马林巴、定音鼓、长笛、单簧管、双簧管、萨克斯、巴松、小号、圆号、长号、大号、上低音号。

## 二、现场报名材料

（一）身份证、户口本、大一寸相片2张（验原件收复印件）；

（二）由考生所在学校提供的两年以上乐团在团证明（加盖学校公章），且初中阶段参加由教育行政部门牵头组织的艺术比赛获得区、市级以上奖励的证明（验原件收复印件）或推荐信原件（加盖公章）；

（三）提交报名材料后，考生进行面谈。面谈时，考生需自带乐器和详细个人简历（纸质版）一份。

## 三、专项考核组织

（一）考核时间：2025年7月5日（周六）

报到时间：上午9：00 考试时间：上午9：30 开始

（二）考核地点：深圳中学高中园（深圳市深汕特别合作区赤石片区

科教大道东侧）

（三）候考地点：深圳中学高中园D2演艺中心三楼

（四）测试地点：深圳中学高中园D2演艺中心三楼

## 四、考核内容及要求

### （一）技能考核：西洋管弦乐。

1.自备完整的大小调音阶和琶音各一条。

2.一首完整的器乐作品，单人演奏（协奏、重奏只需演奏单人部分）。

### （二）素质考核：

视奏考题用略低于考生考试作品程度的片段，由考评小组提供视奏谱例，单人考核。

### （三）评分标准：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 内容 | 分值 | 评分标准 | 评分办法 |
| 演奏  技术  及  艺术  质量 | 95 | （1）演奏时音准，尽可能少出现错音。  （2）节奏准确，基本达到速度标记的要求。  （3）技术程度及技术表现严谨、规范。  （4）音色优美。  （5）对作家作品、风格流派的准确把握。 | 依据考生考核的实际表现给予评分。 |
| 视奏 | 5 | 1. 音准 2. 节奏准确   （3）流畅、完整 | 错1节拍扣0.5分，3.5分以上为“好”等级。 |
| 合计 | 100 |  | |

注意事项：

1. 考试过程中不得提及考生姓名，违者按作弊取消考试资格。
2. 自选曲目严格计时，由评委挑选演奏段落，过时喊停。
3. 考试时要求单人演奏，如有需要，仅允许自带现场钢琴伴奏。
4. 视奏考题用略低于考生考试作品程度的片段，由考评小组提供视奏谱例，单人考核。
5. 学校提供定音鼓、马林巴、小军鼓、低音提琴，其它专业请自带乐器进行考试。

# 民族管弦乐团

## 一、报名资格条件

（一）初中阶段有两年以上团队训练经历，且在初中阶段参加由各级教育行政部门组织的艺术展演活动，有获奖经历的；

（二）初中阶段有两年以上团队训练经历，具备专业相应水平考生，由多名（两名及以上）专业教师亲笔签名、学校推荐（推荐信加盖学校公章）；

（三）以上条件满足其中一项即可；

招收乐器种类：二胡、高胡、大提琴、低音提琴、琵琶、柳琴、三弦、古筝、中阮、扬琴、竹笛、笙、唢呐。

## 二、现场报名材料

（一）身份证、户口本、大一寸相片2张（验原件收复印件）；

（二）在初中阶段参加各级教育行政部门组织的艺术展演活动的获奖证书（验原件收复印件）或推荐信原件（加盖公章）；

（三）提交报名材料后，考生进行面谈。面谈时，考生自带乐器且需提交详细个人简历（纸质版）一份。

## 三、专项考核组织

（一）考核时间：2025年7月5日（周六）  
报到时间：上午9：00 考试时间：上午9：30 开始

（二）考核地点：深圳中学高中园（深圳市深汕特别合作区赤石片区科教大道东侧）

（三）候考地点：深圳中学高中园D2二楼

（四）测试地点：深圳中学高中园D2二楼

## 四、考核内容及要求

### （一）考核内容和要求

1.自选乐曲两首（要求自备两首不同风格作品）4分钟

2.视奏（要求熟练简谱演奏，认识五线谱）1分钟

### （二）评分标准

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 内容 | 分值 | 评分标准 | 评分办法 |
| 演奏  技术  及  艺术  质量 | 95 | ①演奏时音准，尽可能少出现错音。  ②节奏准确，基本达到速度标记的要求。  ③技术程度及技术表现严谨、规范。  ④音色优美。  ⑤乐曲演奏流畅，完整。  ⑥对作家作品、风格流派的准确把握。 | 依据考生考核的实际表现给予评分。 |
| 视奏 | 5 | ①演奏方法正确；②音准、音色好；③节奏准确；④有音乐表现力；⑤曲目演奏流畅，完整。 | 错1节拍——扣0.5分，3.5分以上为“好”等级。 |
| 合计 | 100 |  | |

**注意事项：**

1.考试过程中不得提及考生姓名，违者按作弊取消考试资格。

2.自选曲目严格计时，由评委挑选演奏段落，过时喊停。

3.考试时要求单人演奏，不允许使用任何形式的伴奏及重奏形式。

4.视奏考题用略低于考生考试作品程度的片段，由考评小组提供视奏谱例，单人考核。

5.学校提供低音提琴，其它专业请自带乐器进行考试。

# 舞蹈

## 一、报名资格条件

（一）初中阶段有两年舞蹈专业训练经历，且在初中阶段参加由区级以上教育行政部门组织的艺术展演活动，有获奖经历的（男女均可）；

（二）初中阶段有两年舞蹈训练经历，且具备专业相应水平考生，由多名（两名及以上）专业教师亲笔签名、学校推荐（推荐信加盖学校公章）；

（三）满足条件1或2其中一项即可；

舞种要求：民族民间舞、古典舞、芭蕾舞、现代舞。

注：女生要求158厘米以上，男生要求168厘米以上。

## 二、现场报名材料

（一）身份证、户口本、大一寸相片2张（验原件收复印件）；

（二）在初中阶段参加各级教育行政部门组织的艺术展演活动的获奖证书（验原件收复印件）或推荐信原件（加盖公章）；

（三）提交报名材料后，考生进行面谈。面谈时，考生需提交关于专业经历的详细个人简历（纸质版）一份。

## 三、专项考核组织

（一）考核时间：2025年7月5日（周六）  
报到时间：上午9：00 考试时间：上午9：30 开始

（二）考核地点：深圳中学高中园（深圳市深汕特别合作区赤石片区科教大道东侧）

（三）候考地点：深圳中学高中园D2演艺中心一楼

（四）测试地点：深圳中学高中园D2演艺中心一楼

## 四、考核内容及要求

### （一）考核内容：

1.基本功（软开度）。

2.技巧组合一个（无需音乐，时长不超过1.5分钟）。

3.自备独舞剧目一个（自备音乐，时长不超过2分钟）。

### （二）考核要求：

1.女生盘头，不可化妆，基本功环节着吊带体操服、浅色裤袜、舞蹈鞋；男生需穿着紧身训练服、黑色舞裤、舞蹈鞋。

2.剧目表演可自备所需的练习服装，自带舞蹈相关道具。

3.自备舞蹈剧目音乐U盘，音乐为MP3格式，并做好备份。

### （三）评分标准：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 内容 | 分值 | 评分标准 | 评分办法 |
| 形体气质  （目测） | 10 | 1.身体健康，无影响舞蹈训练的疾病；  2.身体比例协调，肩型、颈部长短、后背平直、腿直、体型（胖瘦程度）、身高、气质（符合年龄特点）。 | 好 9-10分  较好 6-8分  一般 3-5分  不合格 0-2分  依据考生考核的实际情况给予评分。 |
| 舞蹈基本功  （软开度） | 25 | 1.横叉；  2.竖叉（左、右）；  3.下腰；  4.搬前腿（左、右）；  5.搬旁腿（左、右）。 | 好 22-25分  较好 17-21分  一般 11-16分  不合格 0-10分  依据考生考核的实际表现给予评分。 |
| 技巧组合  （包含控制、毯子功技巧、跳转翻技巧） | 30 | 1.动作规范、准确、到位，男生能展现出力度；  2.技巧有难度，且完成度高；  3.节奏感鲜明、协调性好。 | 好 26-30分  较好 19-25分  一般 11-18分  不合格 0-10分  依据考生考核的实际表现给予评分。 |
| 舞蹈剧目  （舞蹈种类仅限古典舞、民族民间舞、芭蕾舞、现代舞） | 35 | 1.节奏感鲜明，韵律感强，肢体表现力强。  2.情绪饱满，感情抒发的把握能力强。  3.舞蹈作品风格、特点的审美把握准确。 | 好 30-35分  较好 21-29分  一般 11-20分  不合格 0-10分  依据考生考核的实际表现给予评分。 |
| 合计 | 100 |  | |

# 绘画

## 一、报名资格条件

（一）具有拔尖创新潜质或学科专长；

（二）热爱美术，具有一定的美术基础，具体对素描，色彩，速写三个学科有一定的学科认识和绘画能力；

（三）身心健康，活泼开朗，无色盲色弱；

（四）初中三年学习期间，取得由教育主管部门主办的区级（及以上）美术类竞赛奖项；

（五）具备专业相应水平考生，由多名（两名及以上）专业教师亲笔签名、学校推荐（推荐信加盖学校公章）；

（六）具备1、2和3条件要求，并且满足4或5条件其中之一，可报考我校二类自主招生美术项目；

## 二、现场报名材料

（一）身份证、户口本、大一寸相片2张（验原件收复印件）；

（二）个人详细简历1份，获奖证书原件及复印件；

（三）推荐信原件（加盖公章）；

（四）其他相关证明材料。

## 三、专项考核组织

（一）考核时间：2025年7月5日（周六）

报到时间：上午9：00 考试时间：上午9：30 开始

（二）考核地点：深圳中学高中园（深圳市深汕特别合作区赤石片区

科教大道东侧）

（三）候考地点：深圳中学高中园D3体育馆

（四）测试地点：深圳中学高中园D3体育馆

## 四、考核内容及要求

### （一）考核内容

素描基础：石膏像或静物 （照片写生）考试用纸八开，考试时间180分钟；

速写：人物或场景（照片写生）考试用纸八开，考试时间30分钟；

静物色彩：（照片写生）考试用纸八开，考试时间180分钟；

### （二）画具和材料

考场提供考核用规格为8开的考试用纸、凳子1个，除考试用纸、凳子以外，其他绘画工具均需考生自带。

（三）评分标准

主要考查考生的素描造型能力，要求考生能敏锐地观察和准确表现对象的造型特征，并在构图、体积感、空间感、质感及画面的整体关系的处理等方面都有一定的基础和表现能力。由学校组织评卷教师评卷，按标准评分成绩报市招生办。

1.素描评分标准及占分比例

符合试题规定及要求；造型准确，有较强的表现和塑造能力;正确理解对象结构及体面关系，并能完整地表现；画面调子对比明快，素描关系正确，表现生动，形体刻画深入，画面整体效果好。其中构图占15%、结构与比例占30%、细节深入与局部刻画占30%、表现手段与技法占25%。

2.速写评分标准及占分比例

符合试题规定及要求;能够准确地画出试题所要求的动态特征，有较强的画面组织能力和造型能力；比例正确、动态特征鲜明，表现手法大胆、肯定、流畅、生动;主次分明，节奏感强，能够较深入地刻画主体对象的细节。其中构图占25%、人物动态表现占30%、造型与比例占30%、表现技法占15%。

3.色彩评分标准及占分比例

色彩考试的基本目的是考核学生观察和表现色彩的能力，要求学生具备一定的写实绘画基本功，即对绘画对象的造型、色彩的观察、描绘、概括和表现能力。准确地辨识色彩，认识物象在自然光色中的色彩变化。画面构图组织能力，要求画面构图、结构均衡和谐。表现对象的能力，具备客观表现对象的造型、色相、明暗、冷暖、色调、空间等关系的能力，有基本的写实能力。其中构图占15%、色彩关系占30%、细节深入与局部刻画占30%、表现手段与技法占25%。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 内容 | 分值 | 评分标准 | 评分办法 |
| 素描 | 100 | 1 .构图适当 、完整 、比例准确 2.造型准确、明暗关系合理 3.透视合理、透视空间层次的表现能力强 4.画面关系完整度 | 依据考生考核实际的卷面表现给予评分 |
| 色彩 | 100 |
| 速写 | 100 |
| 合计 | 300 |  | |