

# 温州市教育局文件

温教体〔2024〕21号

## 温州市教育局关于印发2024年温州市 初中毕业生体育学业考试实施方案的通知

各县（市、区）教育局（社会事业局），市局直属各学校、单位：

现将《2024年温州市初中毕业生体育学业考试实施方案》印发给你们，请结合实际制定初中毕业生体育学业考试方案和突发事件应急处置等预案，认真组织实施，确保考试工作安全有序。

温州市教育局

2024年2月27日

# 2024年温州市初中毕业生体育学业考试 实施方案

为认真贯彻落实中共中央办公厅、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》和教育部《义务教育体育与健康课程标准》《国家学生体质健康标准》要求，发挥初中毕业生体育学业考试导向作用，提高学生体质健康水平和运动能力，特制定本实施方案。

## 一、总体要求

坚持“以人为本、健康第一”原则，引导广大学生主动自觉参加体育锻炼，掌握运动技能，在体育运动中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志，成为德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。各县（市、区）教育行政部门要统一思想认识，加强领导，精心组织，周密部署，科学合理制定考试方案和考试期间应急处置等预案，强化服务保障，做到考试项目、考试流程、测试仪器、成绩评定的科学化、规范化，确保体育中考公平公正。

## 二、测试对象和内容

### （一）测试对象

所有参加升学考试的初中毕业学生（含在温州市外就读、户籍在本市的应届和往届初中毕业学生及浙江省内户籍在本市初中毕业的往届生）。

### （二）测试项目

根据《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》和《国家学生体质健康标准（2014年修订）》，2024年初中毕业生体育学业测试共设耐力类、力量类、跳跃类、大球类、特色类等五大类9个项目。具体类别和项目如下：

测 试 项 目		
必考项目	耐力类	1000米跑（男）/800米跑（女）
选考项目	力量类	掷实心球、引体向上（男）/仰卧起坐（女）
	跳跃类	立定跳远、一分钟跳绳
	大球类	足球运球绕杆、篮球运球投篮、排球垫球
	特色类	游泳

### （三）测试要求

1.耐力类（男生1000米跑、女生800米跑）为必考项目，每位考生需另在力量类、跳跃类、大球类、特色类中选择3个类别各1个项目作为选考项目，共计4个测试项目。各县（市、区）教育行政部门根据本地实际，确定不少于8个项目供考生选择。

2.每位考生须在同一半天时间内完成4个项目考试（游泳除外），考生检录后不得无故申请缓考。

3.体育中考统一启用电子仪器进行测试，各地各校要认真做好考前宣传引导和准备工作，让考生充分了解测试方案内容要求，适应考试器材和流程。

4.考试过程要进行现场全程录像，并做好原始资料和成绩底单的保管、备查等工作。按市教育考试机构有关规定，考生成绩分项目录入中招管理平台。

### 三、成绩评定

#### (一) 一般考生

2024 年初中毕业生体育学业测试共设 4 个项目，每个项目满分 10 分，总分 40 分。每位考生按照 4 个项目实际测试成绩之和计入学业考试总成绩（评定标准见附件）。

#### (二) 免考生

第一类：初中阶段体育与健康课程免修并在县级教育行政部门备案免于执行《国家学生体质健康标准》的或有严重疾病（应出具县级以上医疗机构证明）的学生，向当地教育行政部门申请免考。经批准同意免考的学生方可参加高中录取，其体育成绩按 28 分计入学业考试总成绩。

第二类：身体发育不正常，如侏儒症（女生 1.3 米、男生 1.4 米及以下）、畸形（如严重脊椎弯曲、鸡胸、明显为 O 型和 X 型腿）等考生，考前或考试期间因伤病、特殊体质等原因不能参加剧烈运动的考生，由家长凭县级以上医疗机构证明提出申请，学校审核并报教育行政部门批准后可不参加体育测试，其体育成绩按 28 分计入学业考试总成绩。

第三类：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机构鉴定其丧失运动能力），由学生家长提出申请，学校审核并报县级教育行政部门批准后可不参加体育测试，其体育成绩按 40 分计入学业考试总成绩（注：根据教育部和省教育厅有关规定）。

如果上述第一、二类考生要求参加体育考试的，该考生及家长须经健康和安全风险评估确认后方可申报，考试过程中出现安全问题或测试成绩不理想等情况由考生及家长负责，体育成绩按实际测试得分计入学业考试总成绩。

### （三）缓考生

凡临时伤病、女生例假等身体健康原因，不能按原定计划参加现场测试的学生，经县级教育行政部门批准，可在考前办理缓考手续。缓考学生应在原定考试日期后 10 天内完成各项目测试；确有特殊情况未按时参加考试的缓考生，经县级教育行政部门同意，可申请一次补考。

## 四、组织实施

（一）加强组织领导。各县（市、区）教育行政部门成立初中毕业生体育考试工作领导小组，全面负责本区域体育考试组织领导、协调沟通、服务保障、安全管理、巡查监督等工作。各初中学校成立毕业生考试工作领导小组，明确职责分工，加强家校沟通联系，确保体育测试工作安排周密、安全有序。

（二）合理安排计划。原则上，我市初中毕业生体育考试完成时间不迟于 2024 年 5 月底，具体由各县（市、区）教育行政部门根据实际情况自行确定，并提前告知考生及其家长。各地安排体育测试计划时，要结合往年工作经验并充分考虑考生数量、场地条件、天气等综合因素。

（三）注重科学训练。各地各校要重视体育中考的评价导向

作用，加强宣传教育，促进学生文化学习和身心健康协调发展。开足开齐上好体育课，高质量开展每天 30 分钟体育大课间活动，进一步提高体育教学的科学性和实效性。坚决防止片面重视文化知识学习、忽视学生体质健康或只抓体育中考测试项目、放弃体育与健康课堂教学等不良倾向。

（四）坚持安全第一。广泛开展考前安全教育，坚持循序渐进原则，加强运动指导，合理安排运动强度，特别要指导身体素质差、心肺功能弱的学生进行适应性、恢复性训练，合理安排并适时调整运动强度和练习密度，严防运动伤害事故发生。教育引导考生及家长坚持生命至上、安全第一，完善考前体检制度，开展考生健康状况排查和自我评估，避免有先天性心脑血管疾病、医嘱要求不宜剧烈运动等特殊体质学生参加考试。

（五）强化过程管理。认真做好体育中考的组织管理工作，高度重视考生交通、饮食等安全。各考点要制定现场考试应急处置预案并加强演练，加强考务人员培训，严格开展运动场地、器材等安全检查，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。加强安全保障服务，各考点全程配备救护车和医护人员，防止伤害事故发生。

（六）严肃工作纪律。各地各校必须确保体育学业考试的公正性和严肃性，健全考试制度，严肃考场纪律，严格监督机制，坚决杜绝舞弊事件发生。对违反工作纪律和考试舞弊者，要依法依规追究有关人员和领导责任。市教育局成立全市初中毕业生体

育测试纪律监督巡视组，加强对各县（市、区）体育考试工作的监督检查和工作指导。

## 五、场地器材、考试办法和注意事项

### （一）1000 米跑、800 米跑

1.场地器材：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：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，记录较好成绩。

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：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，记录较好成绩。

3.注意事项：须在指定范围内进行测试。考生使用指定绳子，如有特殊要求应提前说明。

#### (四) 掷实心球

1.场地器材：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，记录较好成绩。

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。完成试掷后从后面离开。

#### (五) 男生引体向上



1.场地器材：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，上拉到下颌超过横杠，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：受试者应双手正握单杠，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）女生仰卧起坐（60秒）

1.场地器材：专用测试垫、专用测试仪等。

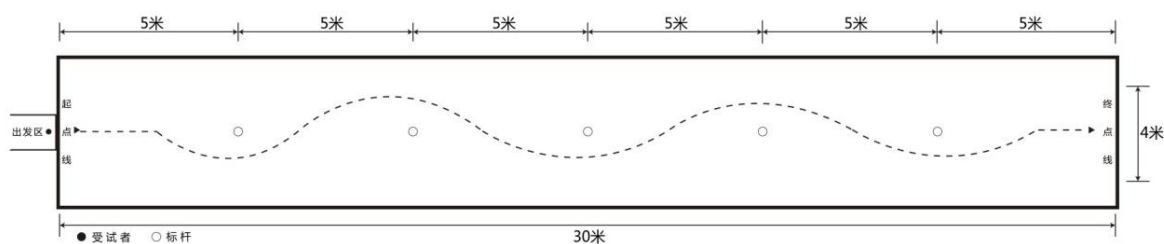
2.考试办法：裁判员核对考生的姓名、准考证号等信息，考生仰卧于垫上，两腿稍分开，屈膝呈90度角左右，两脚在勾脚装置上固定，两手指交叉贴于脑后，考生听到语音提示后开始做仰卧起坐，起坐时上身与水平面达到或超过90度角，仰卧时上身成水平状，姿势正确时专用测试仪器会自动记录成绩，60秒后仪器自动停止计时。每人测试1次。

3.注意事项：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：在平整开阔的场地上进行，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，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，足球测试起点、终点分别设置在有五个标志物所形成直线的垂直直线处，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，记录较好成绩。

### 3.注意事项

(1) 考生需依次 S 形绕过标志杆。

(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。

### (八) 篮球运球投篮

1.场地器材：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，记录较好成绩。

3.注意事项：不得走步或两次运球。途中违例，由裁判员协助判罚。考生必须绕过指定目标方可返回。

#### （九）排球双手垫球

1.场地器材：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，垫球有效高度为不低于 2.15 米，否则视作无效垫球，不计数。每人可测试 2 次，记录较好成绩。

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（人工计时或电子计时）

1.场地器材：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：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，发令员在鸣哨的同时摆动发令旗，计时员视旗动，开表计时。考生游完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，手扶池壁或水道线停留、脚触地、未游完100米的，均不计分。

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：2024年温州市初中毕业生体育升学考试评分标准

附件

## 2024年温州市初中毕业生体育升学考试评分标准

男生

类别	必考项目	选考项目							
	耐力类	跳跃类		力量类		大球类			特色类
项目 分值	1000米 (分/秒)	立定 跳远 (米)	跳绳 (次/ 分)	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分	3'40"	2.46	180	8	10.0	40	19	10	2'40"
9.5分	3'45"								
9分	3'50"	2.38	170	7	9.5	35	23	11	3'00"
8.5分	3'55"								
8分	4'00"	2.30	160	6	9.0	30	27	12	3'20"
7.5分	4'05"								
7分	4'10"	2.22	150	5	8.5	25	31	13	3'40"
6.5分	4'15"								
6分	4'20"	2.14	140	4	8.0	20	35	14	4'00"
5.5分	4'30"								
5分	4'40"	2.06	130	3	7.5	15	39	15	4'20"
4.5分	4'50"								
4分	5'00"	1.98	120	2	7.0	13	44	16	4'40"
3.5分	5'10"								
3分	5'20"	1.90	110	1	6.5	11	49	17	5'00"
2.5分	5'30"								
2分	5'40"	1.82	100		6	10	53	18	5'20"
1.5分	5'50"								
1分	6'00"	1.74	90		5.5	9	57	19	5'40"

## 女生

类别	必考项目	选考项目							
	耐力类	跳跃类		力量类		大球类			特色类
项目 分值	800米 (分/秒)	立定 跳远 (米)	跳绳 (次/ 分)	仰卧起 坐(次/ 分)	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分	3'25"	1.97	170	46	6.9	35	26	11	3'00"
9.5分	3'30"								
9分	3'35"	1.89	160	42	6.5	30	32	12	3'20"
8.5分	3'40"								
8分	3'45"	1.81	150	38	6.1	25	38	13	3'40"
7.5分	3'50"								
7分	3'55"	1.73	140	34	5.7	20	44	14	4'00"
6.5分	4'00"								
6分	4'05"	1.65	130	30	5.3	15	50	15	4'20"
5.5分	4'15"								
5分	4'25"	1.57	120	26	4.9	12	56	16	4'40"
4.5分	4'35"								
4分	4'45"	1.49	110	22	4.5	11	62	17	5'00"
3.5分	4'55"								
3分	5'05"	1.41	100	18	4.1	10	68	18	5'20"
2.5分	5'15"								
2分	5'25"	1.33	90	14	3.7	9	74	19	5'40"
1.5分	5'35"								
1分	5'45"	1.25	80	10	3.4	8	80	20	6'00"

注：成绩不到上限，则按下限计分。

---

抄送：省教育厅，市委办公室，市人大常委会办公室，市政府办公室，  
市政协办公室。

---

温州市教育局办公室

2024年2月27日印发

---