

温州市2008年初中毕业生升学体育各项目考试成绩评定细则

PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/473/2021\\_2022\\_\\_E6\\_B8\\_A9\\_E5\\_B7\\_9E\\_E5\\_B8\\_822\\_c64\\_473853.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/473/2021_2022__E6_B8_A9_E5_B7_9E_E5_B8_822_c64_473853.htm)

800米跑、1000米跑测试

方法 采用站立式起跑，受测试者听到“预备”口令后站在跑道的起跑线后，听到“跑”的口令后开始起跑，发令员在发出口令同时要摆动发令旗，计时员视旗动开表计时。受测试者的躯干部位到达终点线的垂直面停表。成绩记录以秒为单位，不计小数，小数点后第一位数按非零进1原则进位，如2：51.1秒，读成2：52.0秒，并记录之。立定跳远测试方法 受

测试者两脚自然分开站立，站在起跳线后，脚尖不得踩线。

两脚原地同时起跳，不得有垫步或连跳动作。丈量起跳后缘至最远着地点后缘的垂直距离。每人连续试跳三次，记录其中成绩最好一次。以厘米为单位，不计小数。注意事项：可以赤足，但不得穿钉鞋、皮鞋、塑料凉鞋测试。掷实心球测试方法 受测试者站在掷球线后，两脚前后或左右站立，脚尖不得踩线。双手持球于头上方，双手同时用力将球向前掷出，但脚步不得踩线或身体任何部位不得触及投掷区地面。丈量投掷线后缘至实心球最近着地点后缘的垂直距离。每人连续试掷三次，记录其中成绩最好一次，以厘米为单位，不计小数。篮球测试方法 受测试者持球在起跑线后，脚尖不得踩线，考生听到“开始”的口令后开始运球，发令员在发出口令的同时，计时员听声音开表计时，考生运球投篮命中后，抢篮板球立即运球绕过指定的目标后继续运球投篮，命中后运球返回终点，考生躯干部位到达终点线的垂直面停表，成绩记录以秒为单位，小数点后一位数按非零原则进位。如10.1

秒读成11.0秒。每人测试运球投篮一次。篮球考试按篮球裁判法规执行，考生在运球和绕杆及上篮过程中违例时，考评人员及时鸣哨示意并选择离违例点最近的边线或端线重新运球进场，此过程不停表，考试统一使用橡胶篮球。游泳测试方法 受测试者必须穿游泳衣、裤。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，并记录之。每人只游一次。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。注意事项：1 . 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。2 . 测试者不允许采取任何能起速度诱导的办法。3 . 如出现抽筋，呛水等意外原因，应于妥善处理。

引体向上测试方法 受试者跳起双手正握杠，两手与肩同宽与直臂悬垂。静止后，两臂同时用力引体（身体不能有附加动作）上拉到下颚超过横杠上缘为完成一次。记录引体次数，每人测试一次。注意事项：1 . 受试者应双手正握单杠，待身体静止后开始测试。2 . 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撑起。3 . 两次引体向上的间隔超过10秒终止测试。

仰卧起坐测试方法 受试者仰卧于垫上，两腿稍分开，屈膝呈90度角左右，两手指交叉贴于脑后。另一同伴压住其踝关节，以固定下肢。受试者坐起时两肘触及或超过双膝为完成一次。仰卧时两肩胛必须触垫。测试人员

发出“开始”口令的同时开表计时，记录1分钟内完成次数。1分钟到时，受试者虽已坐起但肘关节未达到双膝者不计次数，精确到个位，每人测试一次。注意事项：1. 如发现受试者借用肘部撑垫或臀部起落的力量起坐时，该次不计数。2. 1人计时，1人记数，测试过程中，测试人员应向受试者报数。

**跳绳测试方法** 受试者将绳的长短调至适宜长度，听到开始信号后开始跳绳，动作规格为正摇双脚跳绳，每跳跃一次且摇绳一回环（一周圈），计为一次。听到结束信号后停止，测试员报数并记录受试者在1分钟内的跳绳次数，每人测试一次。注意事项：1. 测试过程中跳绳拌脚，除该次不计数外，应继续进行。2. 1人计时，1人受测试3人记数，去掉最高和最低次数，记录中间次数为最后成绩。3. 测试者跳绳可自备。

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)