

# 常州市金坛区教育局

坛教字〔2021〕19号

---

## 关于做好2021年常州市金坛区初中学业水平测试体育考试工作的意见

各初中、局属各单位：

为进一步贯彻落实《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》和《学校体育工作条例》精神，加强学校体育工作，推进学校体育评价改革，切实提高学生体质健康水平，依据《关于做好2021年常州市初中学业水平测试体育考试工作的意见》，现就2021年常州市金坛区初中学业水平测试体育考试工作提出如下意见：

### 一、考试时间和地点

时间：2021年4月27日—28日。（初定）

地点：常州市金坛区第四中学田径场。

## 二、考试对象

常州市金坛区应届初中毕业生（含回考生）和往届生。

## 三、考试内容及分值（总分 40 分）

（1）平时成绩（10 分）：学校准备好学生材料，由教育局组织审核和考试，考试分三个方面：一是 50 米跑（5 分）；二是原地双手掷实心球（3 分）；三是初三阶段国家学生体质健康标准测试的原始数据审查（2 分）。

（2）现场考试（30 分）：由区教育局组织实施，考试项目分Ⅲ类。

第Ⅰ类（分值 10 分）：耐久跑（男子 1000 米、女子 800 米）。

第Ⅱ类（分值 10 分）：篮球、排球、足球（由考生任选一项）。

第Ⅲ类（分值 10 分）：一分钟跳绳、立定跳远、掷实心球、引体向上（由考生任选一项）。

四、回考生和往届生体育考试。除必须参加现场考试所规定的内容外，另加试三项，50m 跑、掷实心球、立定跳远。（其中 50 米跑满分 5 分，掷实心球满分 3 分，立定跳远满分 2 分）此三项累计分与现场考试得分之和为最终体育考试成绩。

五、有关收费遵照省相关文件执行。

## 六、组织机构

（一）领导小组

组 长：吴军华

副组长：林厚从 吴 芳 张五芳 陈金娣  
成 员：戴晓吾 秦小方 王伟民 蒋怀歆 谭年平  
王国庆 凌 东 孔粉富 王一平 王 成

## （二）工作小组

组 长：吴 芳 张五芳  
成 员：孔粉富 王一平 谭年平 朱生群 袁兆强  
及各初中校长

## （三）考务机构

设立考务组、纪检组、安全保卫组、医务后勤组等。

## 七、工作要求

（一）各工作小组分别制定工作方案，开好工作会议，明确工作职责。区教育局纪检监察部门对考试进行全程监督。

（二）选调的监考工作人员须思想作风正派，有一定业务能力。被选调人员所在单位要积极支持其参加监考工作。

（三）考试按规则进行规范操作，场地、器材、设施要严格检查审定。考试期间强化岗位管理，无关人员不得入场，工作人员需佩戴工作标志，定点工作。

（四）考试各环节均设监察人员，临场增加学生监督代表，由学校报名时在每组编组学生中确定并标明学生监督代表。

（五）考试成绩现场告知，成绩记录经审核后及时输入微机处理。登记表、成绩分别交招生办、主管部门保存。若成绩公告后发现有误，由考生或学校在公告之日起一周内向考务组提出，

经核实后，重新公告结果。

（六）考试现场配备医务人员，备好急救器械、防疫消毒药品及应急机动车辆。

（七）初中毕业生应在体检后参加升学体育考试，以便准确掌握考生身体状况；学校要做好安全防范工作，教育学生既不虚报疾病，也不隐瞒疾病，同时要向家长做好正确对待考试的宣传工作，以消除隐患。因病确实不能按时参加考试或考试中因伤病无法完成当场考试的学生，经考务组认定后，另行通知缓试、补考。缓试、补考手续要规范，资料要齐全。

（八）安全保卫组负责升学体育考试全过程的安全管理工作，切实加强对考试现场的运动安全、卫生防疫安全和学校交通安全的监督。学校要根据考试日程安排，认真组织学生赴考，要对学生加强交通安全教育，妥善安排考生考前、考后的学习和休息，指导考试期间的饮食卫生，确实做好卫生安全保障服务工作。

体育中考涉及千家万户，政策性强，工作面广量大，各学校要高度重视，精心组织，确保该项工作圆满顺利完成。

附件：

1. 2021 年常州市金坛区初中学业水平测试体育考试项目及考试办法

2. 2021 年常州市金坛区初中学业水平测试体育考试平时成绩审核办法

3. 2021 年常州市金坛区初中学业水平测试体育考试项目与  
评分标准

常州市金坛区教育局  
2021 年 3 月 15 日

(此件公开发布)

---

常州市金坛区教育局办公室

2021 年 3 月 15 日印发

---

## 附件 1

### 2021 年常州市金坛区初中学业水平测试体育考试项目及考试办法

#### 一、考试项目及分值

类 别	项 目	分值
第 I 类	耐久跑（男子 1000 米、女子 800 米）	10 分
第 II 类	篮球、排球、足球（任选一项）	10 分
第 III 类	一分钟跳绳、立定跳远、掷实心球、引体向上（任选一项）	10 分
平时成绩	50 米跑	5 分
	掷实心球	3 分
	初三阶段国家学生体质健康标准测试数据审查	2 分
总 计		40 分

#### 二、平时成绩考试

（一）平时成绩考试（分值 10 分）由学校准备学生材料，体育教研组准备好器材，区教育局组织人员进行审核和考查。初三毕业生 200 人以下抽样二个教学班，200 人或以上抽样三个教学班，抽测内容：50 米跑、掷实心球、国家学生体质健康标准随机抽样 1-2 项，测试的原始数据审查。

初三阶段国家学生体质健康标准测试的评定为及格级以上得 2 分，不及格得 1 分。

#### （二）平时成绩考试项目（包括回考生和往届生）

##### 1. 50 米跑

（1）在田径场直道上进行，道宽 1.20-1.22 米，地面平整。

(2) 每人考一次，站立式起步（不得穿钉鞋、皮鞋、凉鞋），使用电子秒表计时，听取发令后迅速起跑，遇有人抢跑召回重新起跑，二次抢跑者，成绩为零。考生只能在自己的跑道上进行考试。登记成绩以秒为单位，取一位小数。登记核实后向考生宣布。

2. 立定跳远和掷实心球。

(三) 平时成绩考试评定标准

平时成绩 50 米跑评定标准表：（手计时单位：秒）

组别	项 目	5 分	4 分	3 分	2 分	1 分
男子	50 米	8.20	8.40	8.60	8.80	9.00
女子	50 米	9.00	9.20	9.40	9.60	9.80

平时成绩实心球评定标准表：（单位：米）

组别	项 目	3 分	2 分	1 分
男子	实心球	7.8	7.4	7.0
女子	实心球	5.30	4.90	4.50

往届生和回考生平时成绩立定跳远评定标准表：（单位：米）

组别	项 目	2 分	1 分
男子	立定跳远	2.20	2.00
女子	立定跳远	1.70	1.50

(1) 由身体健康原因等不宜参加测试的考生，在办理免试手续后（经区教育局体育卫生与艺术教育科审定）按评分的 60%进行计分。

(2) 行政审核和考查在体育现场考试前 20 天进行（具体时间见通知）。

### 三、现场考试由区教育局负责（分值 30 分）

#### 第 I 类（分值 10 分）

##### （一）耐久跑（男子 1000 米、女子 800 米）

1. 在 400 米标准环形跑道上进行。跑道平整，用电子秒表记取成绩。

2. 考生佩带好小号码（不得穿皮鞋、凉鞋或钉鞋），按顺序集合在起跑线后集合线上，听到“各就位”口令后，走到起跑线后，采用站立式起跑，当听到枪声后，迅速起跑。当考生躯干到达终点线后沿的垂直平面停表。

3. 考生在跑进中，故意冲撞他人或阻挡他人、妨碍他人跑进，取消考试资格。因故考试成绩受影响的考生或途中跌倒影响成绩的考生，经考点主考同意后，方可安排在当日一次性补测。考生不得在考试时无故离开跑道。

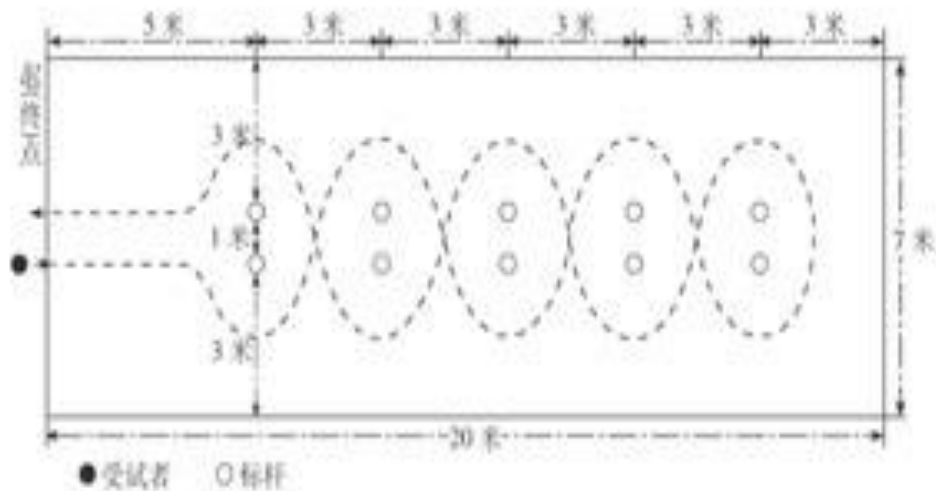
4. 考生到达终点，至少有二块秒表同时记录每个考生的成绩。监考老师必须高声报出号码，并及时记录、核对成绩。登记后向考生宣布。

#### 第 II 类（分值 10 分）

##### （二）篮球运球

1. 考试场地长 20 米，宽 7 米，起点线前 5 米设置两列标志杆，标志杆距同侧边线 3 米。各排标志杆相距 3 米，共 5 排杆，全长 20 米，并列的两杆间隔 1 米（如下图）。标志杆 10 根（杆高 1.2 米以上）。





## 2. 测试方法

考生在起点线后持球站立，听到出发口令后，按图中箭头所示方向单手运球依次过杆，发令员发令后开表计时，受试者与球均返回起终点线时停表。每名受试者测两次，记录其中成绩最好一次。以秒为单位记录测试成绩，精确到小数点后一位。

## 3. 注意事项

(1) 测试中篮球脱手后，如球仍在测试场地内，受试者可自行捡回，并在脱手处继续运球，不停表。

(2) 测试过程中出现以下现象均属违规行为，取消当次成绩：出发时抢跑、运球过程中双手同时触球、漏绕标志杆、碰倒标志杆、人或球出测试区域、未按图示要求完成全程路线等。

### (三) 排球垫球

1. 在坚实、平坦的场地或排球场上进行，测试区域为3米×3米。测试用球应符合有关国家标准。

## 2. 测试方法

考生在规定的测试区域内原地将球抛起，个人连续正面双手垫

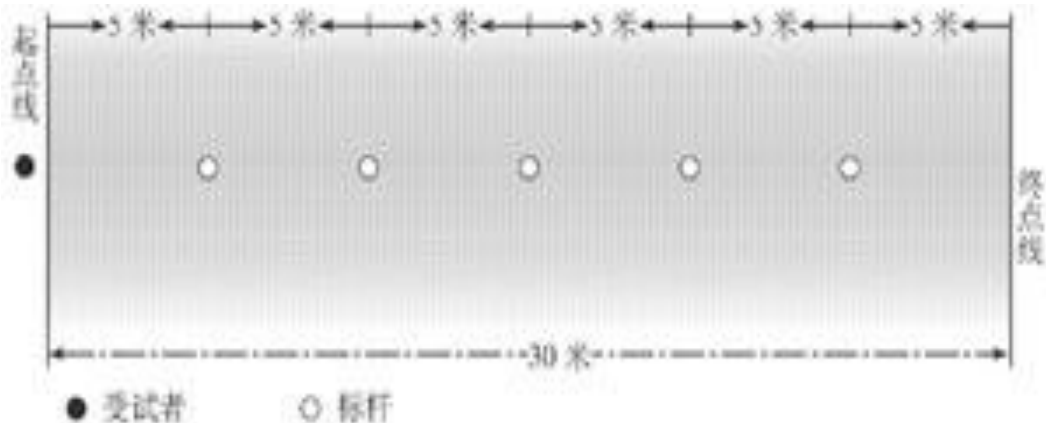
球，要求手型正确、击球部位准确、达到规定的高度，球落地即为测试结束，按次计数。受试者每次垫球应达到的高度（一人一臂高），每名受试者测试两次，记录其中成绩最好的一次。测试单位为次。

### 3. 注意事项

考试过程中如出现以下现象均只作为调整，不计次数：采用传球等其他方式触球、测试区域之外触球、垫球高度不足等。

#### （四）足球绕杆运球

1. 在坚实、平整场地或足球场上进行，测试区域长 30 米，宽 10 米，起点线至第一杆距离为 5 米，各杆间距 5 米，共设 5 根标志杆（杆高 1.2 米以上），标杆距两侧边线各 5 米（如下图）。



### 2. 测试方法

考生站在起点线后准备，听到出发口令后开始向前运球依次过杆。考生和球均越过终点线即为结束。发令员发令后开始计时，考生与球均到时终点线时停表。每人跑两次，记录其中成绩最好的一次成绩。以秒为单位记录测试成绩，精确到小数点后一位。

### 3. 注意事项

考试过程中出现以下现象均属违规行为，取消当次成绩：出发时抢跑、漏绕标志杆、碰倒标志杆、故意手球、未按要求完成全程

路线等。

### 第Ⅲ类（分值 10 分）

#### （五）一分钟跳绳

1. 考试时间一分钟；考试用绳为复合绳，现场考试用绳由考场提供；考试区域为在平坦地面半径 1.5 米的圆圈内跳绳；考试口令为“预备！”“起！”。考生听到“起”后开始跳绳，同时记时、计数。

2. 每位考生可考试两次，取最好成绩评分。

3. 考生抢跳，视为犯规，不记成绩。两次犯规，取消该项考试资格。

4. 摇绳一回环，即绕身体一周，绳过脚为跳绳一次。跳绳时绊脚，无论绳停在身前身后，该一次不计数，但正常测试需继续计数。

5. 现场考试由二名监考人员同时记数，经主考老师核实无误后，登记并宣布成绩。

#### （六）立定跳远

1. 在“健身路径塑料垫”（需与落地区成水平）或塑胶场地上进行考核，起跳板水平放置，板（地）面粗糙平坦。

2. 两脚平行站在起跳线后，脚尖不得踩线，双脚原地同时起跳（起跳前双脚不得离地、移动和垫跳）。

3. 考生每人试跳三次，记取最好一次成绩评分。记录以米为单位，取两位小数。丈量起跳线至落地点之间的垂直距离。

4. 落地区需标明距离数。登记成绩时，监考老师必须唱出成绩，使考生听清楚。（平时成绩测试同规则）

#### （七）原地双手向前掷实心球

1. 实心球重量为 2 公斤。在平坦的场地进行。

2. 考生在白线后两脚前后或左右开立，身体面对投掷方向，双

手举球至头上方，身体稍后仰，原地用力把球投向前方。球出手的同时后脚可向前迈出一步，但脚不能踩线。身体任何部分不得触及投掷线前的地面。

3. 考生每人掷三次，记取最好一次的成绩评分。记录以米为单位，取两位小数。丈量投掷线后沿至球着地点后沿之间的垂直距离。

4. 为了准确丈量成绩，应有专人负责看球的着地点。丈量和登记成绩时，监考老师必须唱出成绩，使考生听清楚。落地区需标明距离数。（平时成绩测试同规则）

#### （八）引体向上

1. 考生跳起双手正握杠，两手与肩同宽成直臂悬垂。待身体静止后开始测试，两臂同时用力引体（身体不能有附加动作），上拉到下颌超过横杠上缘为完成一次。记录引体次数。

2. 考生上拉完成后应双臂伸直才可进行下一次。

3. 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。

4. 两次引体向上的间隔时间超过 10 秒停止测试。

### 四、有关减免试规定

（一）对残疾或患有心血管疾病的考生，分别实行免试政策。考生可以选择现场考试的任何一项参加考试，一项测试满分即为总分满分，不参加考试者（凭残疾证或医学证明）总分得 38 分。

（二）因身体原因参加现场考试受到严重影响，由学生或家长向学校提出申请，区级以上医院证明，学校报教育行政部门审核，可申请免试、缓试，免试项目考试成绩按 60% 计分。

（三）因伤病影响考试，可申请缓试，缓试时间为 5 月 29 日，由区教育局统一集中组织，缓试一次，地点在区第四中学田径场。

（四）过于肥胖或患有疾病以及因身体原因确实不宜参加耐久跑的学生，在测试耐久跑中可按相关手续，申请办理选项 50 米跑。耐久跑考试免试，考试成绩按 60% 计分。

以上情况须由学校提出申请，加盖单位印章，并有相关专业部门（区级以上医院或区体检站）出具有效证明，经学校考试领导小组集体审核，且在学校张榜公示。

## 附件 2

# 2021 年常州市金坛区初中学业水平测试体育考试 平时成绩审核办法

一、审核和考查由区教育局体育卫生与艺术教育科负责实施。

二、审核领导小组由分管局长任组长，主管部门负责人任副组长。下设若干个审核考查小组，成员由区教育局有关部门负责人、工作人员以及体育骨干教师、校医组成。

三、审核考查小组到学校审核采用当场抽签的办法确定抽查班级。

四、学校应准备好以下材料供审核检查小组审核（材料必须是初三年级全体学生的）：

（一）学生体质健康标准登记卡

（二）平时成绩考查登记表和“张榜公布”表

（三）伤、病、肥胖等的有效证明材料

五、抽查内容及人数

（一）原地双手向前掷实心球；（二）体质健康标准随机抽 1—2 项；（三）50 米跑；（四）抽测人数；初三毕业生 200 人以下抽样二个教学班，200 人或以上抽样三个教学班。

六、测试办法：

（一）关于抽查原地双手向前掷实心球的规定（同上）；

（二）国家体质健康标准测试，依据学生体质测试项目（耐久

跑：男子 1000 米、女子 800 米）来确定，评价及格与否。

（三）被抽查班的学生（以学籍卡为依据）全部参加测验，测验成绩达到上报成绩的人数在 95%以上，该班（校）即视为通过审核，与上报成绩不等的考生成绩按抽查测验的成绩给分。

（四）如某学校（班级）在审核时未通过，该校须在一周内（从审核当天算起）向区教育局体育卫生与艺术教育科申请进行第二次审核，第二次审核的班级在除第一次抽查审核班级外的其他班级中抽签决定，如第二次审核仍未通过，则由审核领导小组对除前测试班以外的全体初三学生进行审核，并按审核测验的成绩对全体学生进行评分，对全体学生审核的经费开支由学校负担。

（五）被抽查到的班级原则上全班学生应参加原地双手向前掷实心球测试，因故免试的考生须提供有效证明手续，因伤、病暂不能参加测试的考生，应提供本区级及以上医院证明，须经审核小组的医务人员确认，以上人员需在一周内由审核小组进行补测，补测时重新审核资格。

## 附件 3

2021 年常州市金坛区初中学业水平测试体育考试项目与评分标准

分 值	第 I 类				第 II 类						第 III 类						
	50 米跑 (秒)		耐久跑 (男 1000 米、 女 800 米) (秒)		篮球运球 (秒)		排球垫球 (次)		足球运球 (秒)		掷实心球 (米)		立定跳远 (厘米)		一分钟跳绳 (个)		引体向上 (次)
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男
10	8.2	9.2	4.00	3.50	16	20	25	25	14	18	8.7	6.0	230	185	160	160	5
9	8.4	9.4	4.05	3.55	17	21	20	20	15.5	19.5	8.4	5.8	225	180	155	155	4
8	8.6	9.6	4.10	4.00	18	22	18	18	17	21	8.1	5.6	220	175	150	150	3
7	8.8	9.8	4.15	4.05	19	23	16	16	18.5	22.5	7.8	5.4	215	170	145	145	2
6	9.0	10.0	4.20	4.10	20	24	14	14	20	24	7.5	5.2	210	165	140	140	1
5	9.2	10.2	4.25	4.15	21	25	12	12	21	25	7.2	5.0	205	160	135	135	0 次得零分
4	9.4	10.4	4.30	4.20	22	26	10	10	22	26	6.9	4.8	200	155	130	130	
3	9.6	10.6	4.35	4.25	23	27	8	8	23	27	6.6	4.6	195	150	125	125	
2	9.8	10.8	4.40	4.30	24	28	6	6	24	28	6.3	4.4	190	145	120	120	
1	10.0	11.0	4.45	4.35	25	29	4	4	25	29	6.0	4.2	185	140	115	115	