江 门 市 教 育 局

关于做好2021年江门市初中学业水平考试体育与健康考试的通知

各市（区）教育局，市直各初中学校:

为进一步完善体育中考工作，现将2021年江门市初中学业水平考试体育与健康考试有关要求印发给你们，请认真贯彻执行。

附件: 1. 2021年江门市初中学业水平考试体育与健康考试实施意见

2. 江门市初中毕业生升学体育考试项目规则

3. 江门市初中毕业生升学体育考试项目评分标准

江门市教育局

2021年2月26日

（联系人: 陈厚波，电话: 3503990。）

附件 1

2021 年江门市初中学业水平考试体育与健康考试实施意见

根据《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》《国务院办公厅关于强化学校体育促进学生身心健康全面发展的意见》《广东省教育厅关于印发初中学业水平考试实施办法的通知》（粤教考〔2018〕12 号）以及我市高中阶段学校考试招生制度改革的意见和要求，为加强和改进学校体育工作，增强学生身体素质，科学有序组织开展江门市初中学业水平考试体育与健康考试（以下简称“体育考试”）工作，结合近年来我市体育中考实际，提出如下实施意见。

一、体育考试的目的和意义

实施体育考试是全面贯彻党的教育方针、落实《国家学生体质健康标准》、实施素质教育、检验学校实施体育课程效果、促进学校体育教育质量提高的重要举措，旨在坚持“健康第一”的育人理念，提高社会对学校体育的关注度和对学生身体健康重要性的认知度，引导广大学生积极参加体育活动，提升体质体能，培养高尚情操，锤炼意志品质，养成自觉锻炼习惯和健康生活方式，促进学生德智体美劳全面发展，为学生成长成才打好健康基础。

二、体育考试安排

（一）考试对象

参加初中学业水平考试的九年级学生（2018 年秋季入学的七年级学生开始实施）。

（二）实施时间

每年体育考试和缓考时间原则安排在每年 4 月 10 日—5 月 30 日期间。

（三）考试内容和分数

由统一考试和体育素质综合评价两个部分组成，总分为 65 分，其中统一考试 55 分，体育素质综合评价 10 分，计入考生学业考试总成绩。

1. 统一考试

（1）实施办法

普通考生须参加以下三类项目的考试，统一考试成绩=必考项目成绩+素质类考试成绩+球类考试项目成绩。

必考项目（25 分）。①中长跑：800 米（女）、1000 米（男），②100 米游泳。考生在 2 个项目中选 1 项参加考试。

球类考试项目（15 分）。①排球、②足球、③篮球半场来回运球上篮、④篮球一分钟投篮。考生在 4 个项目中选 1 项参加考试。

素质类考试项目（15 分）。

①2021 年素质类考试项目：引体向上（男生）/仰卧起坐（女生）、立定跳远、一分钟跳绳、实心球。考生在 4 个项目中选 1 项参加考试。

②2021 年后，素质类考试项目设必考项目和选考项目。

必考项目（5分）：引体向上（男生）/仰卧起坐（女生）。

选考项目（10分）：①立定跳远、②一分钟跳绳、③实心球。考生在3个项目中选1项参加考试。

2.体育素质综合评价（10分）：七、八年级学年各占3分，九年级占4分。以学生初中三学年参加《国家学生体质健康标准》成绩的综合评价评分。其中获优良等次得满分，及格的得2分，不及格的得1分，未参加测试为0分。

（四）统一考试考点

1.各市（区）教育局每年根据实际设立1-2个定点考点，组织本地区初中毕业生进行统一体育考试。考点要求有400米塑胶跑道田径场。

2.市直学校、蓬江区和江海区体育考试考点由市教育局统一设立。

（五）学生《国家学生体质健康标准》成绩综合评价的实施

1.体育素质综合评价由学校组织实施。从2021年开始，各初中学校每年10月1日后，11月30日前各自组织七、八、九年级的学生统一集中测试，并在12月30日前完成缓考。

2.学校要在每年规定时间，按《国家学生体质健康标准》进行测试并上报测试数据，并将当年免修体育课和免予执行《国家学生体质健康标准》的学生名单报上一级教育主管部门。

3.学校要在测试完成后的3日内把学生的体育素质综合评价和各项目的测试成绩进行公示一周，接受监督，并报上一级教育

主管部门汇总后报江门市教育局招生考试科、德体卫艺科。市直学校直接报送。

4.各市（区）教育局、招生考试和教研部门要根据市教育局的统一要求，督促指导学校落实体育素质综合评价工作。

三、“外地返回江门学生和往届生”体育考试成绩评定

外地返江门参加中考的学生和往届生的统一考试成绩须按普通考生参加当年我市的统一体育考试取得成绩。体育素质综合评价成绩在统一考试中增考 2 个素质类考试项目共 10 分，每项分值为 5 分，按《江门市初中毕业生升学体育考试项目评分标准》评分计入体育中考成绩。2021 年，考生在引体向上（男生）/仰卧起坐（女生）、立定跳远、一分钟跳绳、实心球等 4 个素质类考试项目中除去已参加统一考试项目，再选 2 个项目参加考试。2021 年后，对统一考试中素质类考试项目没有选考的 2 个项目进行考试确定成绩。

四、关于特殊类考生

（一）体育尖子计分规定。初中阶段参加省以上教育部门或与体育部门联合主办的体育比赛获前 6 名，参加江门市以上教育部门或与体育部门联合主办的体育比赛获前 3 名（含个人项目和集体项目）或者荣获国家三级运动员等级以上称号者，提供秩序册、成绩册、奖状和公示（要求在本校内公示 5 天）证明材料，体育考试成绩按满分计算（获奖成绩鉴定由当地教育行政部门负责审核）。

（二）因残疾等身体健康方面的疾病不适宜参加体育活动，并已办理免修体育与健康课和免予执行《国家学生体质健康标准》的学生，应申请免考。此类考生的体育考试成绩按全市普通考生最终成绩平均分的 70%计算。

（三）因身体发育异常、严重营养不良及肥胖症、畸形以及经具有资质的伤残等级鉴定机构或本市二级以上医疗机构证明丧失部分运动能力的学生，可申请择考。择考考生可根据自身实际情况在统一考试项目中选择 1—3 个项目，考试规则同普通考生一样。择考 3 个项目的考生，取所考项目平均分的 95%再乘以 0.5，作为统一考试成绩；择考 2 个项目的考生，取所考项目平均分的 90%再乘以 0.5，作为统一考试成绩；择考 1 个项目的考生，取所考项目得分的 80%再乘以 0.5，作为统一考试成绩。体育素质综合评价按照普通考生的办法执行。

（四）考生因考前或临场发生伤病、女生经期等特殊情况，在规定时间内不能参加体育考试的学生，可申请缓考。缓考期间仍未康复的，可申请免考。如申请免考，此类考生的统一考试成绩按全市普通考生统一考试最终成绩平均分的 70%计算，体育素质综合评价按照普通考生的办法执行。如申请择考，则按第（三）条执行。

五、体育考试的组织与管理

（一）体育考试工作在市教育局统一领导和部署下，由市招生考试科牵头，市德体卫艺科具体组织实施。各级教育行政部门、

招生考试部门、初中毕业生学校等各相关单位要根据本文件精神，采取有力措施，加强领导，精心组织，规范管理，确保体育考试顺利进行。

（二）体育考试实行市教育局、市（区）教育局、考点、初中毕业生学校四级管理机制。

（三）各市（区）教育局要根据本意见的精神，结合本地区实际，按照以上或者更多项目组织实施，并制定实施方案，进行本地区体育考试。同时，在体育考试前一周把考试安排报我局，届时我局将组织人员进行现场抽查。

（四）各市（区）教育局或学校须为考生统一集体购买“人身意外保险”。

（五）主要职责分工

1.招生考试科、德体卫艺科（1）根据上级教育行政部门有关政策，总体策划并组织有关方面制定考试方案及应急预案。

（2）具体组织实施体育考试，并进行指导和监督。

（3）负责组织医务审核组对各类考生进行审核。

（5）负责考务管理，牵头具体实施体育考试工作。

（6）负责体育考试器材及电子设备管理与使用培训。

（7）负责体育考试成绩数据管理。

（8）负责体育考试监考员的选聘、培训。

（9）指导各初中学校积极开展体育考试项目科学训练。

（10）解读考试项目规则及规范考试方法。

（11）指导学校实施《国家学生体质健康标准》和学生体育素质综合测试与评价工作。

（12）负责体育考试监考工作的现场技术指导。

2.初中毕业生学校

（1）向学生和家长宣传本实施意见。

（2）实施学生体育素质综合测试与评价。

（3）结合毕业生体检做好考生的考前体检工作，提前做好考生身体健康状况全面摸查工作，排除体育考试潜在的安全风险。

（4）指导学生进行体育考试报名及医务审核，引导考生合理选择体育考试申报类别和考试项目。

有家族病史、先天性心脏病或其它健康问题的学生，建议其家长带学生到医院做好体检工作，以确保有健康的身体参加考试。

（5）组织考生参加统一考试。

（6）加强对考生进行考前安全教育、心理疏导，并派专人负责做好考生的考试安全措施，组织考生做好考前准备运动和考后放松运动，防止各种伤害事故的发生。

（六）各市区教育局、考点、学校在组织实施工作过程中，如发现问题，必须及时向上级主管部门报告。

六、本意见自印发之日起施行。

附件 2

江门市初中毕业生升学体育考试项目规则

一、必考项目

（一）（800 米、1000 米跑）。

1.场地及器材：在 400 米田径场上进行。电动计时仪，使用前应校正。用发令枪发令考试。2.方法：起跑姿势不限，可采用穿钉鞋（钉长度不得超过 9 毫米）、胶鞋或赤脚跑步。其它按田径规则执行。确认计算成绩器材为电动计时或者秒表若干块。

（二）100 米游泳。

1.场地及器材：在 50 米标准游泳池进行。

2.方法：考生出发形式不限，转身和到达终点时，可用身体的任何部分触池壁，不限泳姿，以考试时间为准，未能完成全程不计成绩，其它按国家体育总局最新审定的游泳竞赛规则执行。确认计算成绩器材为电动计时或者秒表若干块。

二、素质和球类项目

（一）引体向上(男)

1.场地器材：高单杠。

2.动作规格：受测者跳起双手正握杠，两手与肩同宽或直臂悬垂。静止后，两臂同时用力引体向上，上拉到下颏超过横杠上缘为完成一次。

3.考试方法：记录引体次数。每次引体监考员要唱出成绩。

（二）一分钟仰卧起坐（女生）

1.场地器材：垫子若干块，铺放在平坦的地面上。确认计算成绩器材为电动计时或者秒表若干块。

2.动作规格：受试者仰卧于软垫上，两腿稍分开，屈膝呈 90 度，两手分别贴于双耳旁。常见错误：受试者仰卧时，两肩胛没有触垫、双手离开双耳，膝关节没有屈曲成 90 度、借用肘部撑垫或臀部起落的力量完成起坐。

3.考试方法：监考员发出“预备一一起”的口令，同时计时，登记一分钟内所完成的次数。测试时间内受试者虽已坐起但肘关节未触及双膝者不计入该次。

（三）一分钟跳绳

1.场地器材：平坦而坚硬地面。采用经实际操作后无误差的计数跳绳。确认计算成绩器材为电动计时或者秒表若干块。

2.动作规格：受试者采用单脚跳或双腿交替跳或双脚跳等方式跳跃。每一次，摇绳须经过头、脚一次，方向一致。

3.考试方法：每人计算一次一分钟跳绳的次数。监考员发出“预备——开始”的口令，同时开秒表计时。预备状态时,考生手握跳绳手把，手腕应保持静止。记录一分钟完成次数。

测试前，受试者将绳的长短调至适宜长度，双腿并拢，呈自然站立。外设主手柄防摔套套在受试者左（右）手。

受试者完成上述动作要领后，听到跳绳测试 “预备”、“开始”时，开始测试；受试者采用前脚掌起跳，同时，手腕完成弧形摆动，身体完成循环跳跃运动。

跳绳测试时长为一分钟。受试者每跳跃 1 次且摇绳一周，跳

绳计数一次，若测试过程中跳绳绊脚，该次不计数，但受试者可以继续进行测试。当发出“停”的语音后，受试者停止测试。

（四）立定跳远

1.场地及器材：起跳板采用橡胶防滑跳板或坚固木板（不得采用弹性过大的纯胶起跳板,也不得在起跳板上加垫毛巾、布等幅盖物)。丈量器材为激光测距仪或者钢尺。

2.动作规格：两脚自然平行开立站在起跳线后，脚尖不得踩线。原地两脚同时起跳，起跳前两脚不得离地后再做起跳动作。

3.考试方法：每人按该组顺序轮换跳三次，丈量起跳线后沿至身体任何着地最近点后沿的垂直距离，取其中最远一次的成绩。可穿胶粒底鞋、胶鞋或赤脚考试。登记成绩时以米为单位，取两位小数。丈量及登记时，要唱出成绩。

（五）篮球半场来回运球上篮

1.场地器材：半场篮球场（篮球场规格为 28×15 米）,篮球若干个。7 号球（女生用 6 号球)。

2.动作规格：单手向前运球，运球时不得走步，滚球跑、推球跑(推拍球向前时助跑不得超过两步)。

3.考试方法：从起点(半场中线与边线的交点为圆心以 30 厘米为半径所划的圆圈)运球,到达篮下投篮,投中后运球至另一侧,一脚踏进圆圈后,往回运球上篮,投中后运球回起点。运球中违例者应从违例点开始重新运球。球在考试区域内按篮球规则执行。任何违反考试规定及违犯篮球规则（如带球走、2 次运球、运球翻腕、推拍球一次跑动超过两步等）2 次者，均不计算成绩。

监考员发出“预备——开始”的口令后，开始计时，登记来回运球上篮后到起点的时间、每人考试两次，计算最好一次成绩。确认计算成绩器材为电动计时或者秒表若干块。

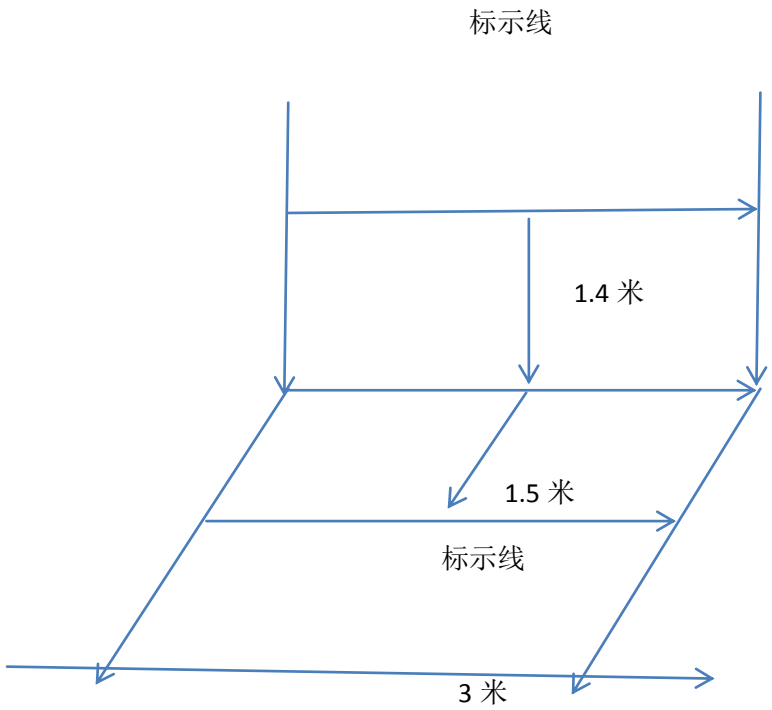
（六）足球 25 米绕竿运球

起点至第 1 根竿距离为 5 米，以后每距离 2 米设竿 1 根，共设 10 根竿，从最后 1 竿继续延伸 2 米处定为终点。计算考生从起点运球绕竿至同时通过终点的时间（终点线可用 50cm 高标志筒，采用 4 号球）。确认计算成绩器材为电动计时或者秒表若干块。

（七）排球对墙垫球

1. 场地器材

（1）场地在平整墙面垂直距地面高度 1.4 米处设置一标示线，平整地面水平距墙壁 1.5 米处设置一标示线，测试区域宽度不小于 3 米。



（2）器材

排球为 5 号球，皮革材质，符合 GB/T 22882。

2.测试方法

考生站在地上标志线外，自己将球向上抛起（开始计时），连续对墙垫球。将球垫至墙面标志线以上，方能计数，反之不予计数。在垫球过程中，球落地由考生自行捡球并继续进行垫球，直至时间结束。测试时当场报出成绩并予以登记。

3.基本要求

每位考生仅限一次测试机会，时间为 40 秒。

出现下列情况当次测试不计次数

（1）脚踩或踏进地面标志线;

（2）采用传球或其他违例动作击球。

（八）篮球一分钟投篮

测试方法与要求:

1.以篮圈中点至地面的垂直投影点为圆心，男生以 4.2 米、女生以 2.5 米为半径划弧。考生在弧线外任意一点持球，听到开始口令后进行一分钟投篮考试（弧线外任意一点投篮，投篮前脚不能踩线）。考试过程中，考生必须投篮后自己检球，不许他人提供帮助。

2.考试用球为男生 7 号球，女生 6 号球。

3.任何违反考试规定及违犯篮球规则（如带球走、2 次运球、运球翻腕、推拍球一次跑动超过两步等）2 次者，均不计算成绩。

4.考生每人有二次考试机会，以一分钟投中的次数计算成绩。

（九）投掷实心球

1.场地及器材：20米长5米宽的平地一块。球体周长：42厘米，直径：14-14.5厘米（±1厘米），重量：男、女生均为2公斤（±20克），球体为生胶铸造，球体内不得有滚动物。丈量器材为激光测距仪或者钢尺。

2.动作规格：投掷前，原地两脚前后或左右开立，身体正对投掷方向。双手举球至头上方稍后仰，双肩与起掷线平行，原地用力把球投向前方。球出手时双肩须与起掷线平行，整个动作过程不能侧向、踩线或过线投掷。

3.考试方法：在投掷区划一条白线为起掷线，受试者站在起掷线后每人按该组顺序轮换投掷三次，取其中最须开发区远一次成绩。记录以米为单位：取两位小数。丈量起掷线后沿至球着地点后沿之间的垂直距离。为了准确丈量成绩，应有专人负责观察实心球着地点。丈量及登记时，要唱出成绩。

附件 3

江门市初中毕业生升学体育考试项目评分标准

分值	1000 米 800 米		100 米游泳		引体 向上	排球对墙垫球		仰卧 起坐	半场来回 运球上篮		篮球 一分钟投篮		立定跳远		一分钟跳绳		投掷实心球		足球 25 米 绕杆运球	
	（分.秒）		（分.秒）		（个）	40 秒/次		（次）	（秒）		（个）		（米）		（次）		（米）		（秒）	
	男	女	男	女	男	男	女	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
100	3.33	3.18	2.05	2.25	13	45	45	55	15	19	5	5	2.55	2.07	176	176	11	8	12	17
95	3.4	3.25	2.15	2.35	12	43	43	50	17.5	21.5			2.45	1.97	166	166	10.2	7.2	14.5	18.5
90	3.47	3.32	2.25	2.45	11	40	40	45	20	24	4	4	2.35	1.87	156	156	9.4	6.4	16	20
85	3.52	3.37	2.35	2.55	10	37	37	40	22.5	26.5			2.32	1.84	150	150	9.2	6.25	17.5	21.5
80	3.57	3.42	2.45	3.05	9	34	34	38	25	29	3	3	2.29	1.81	144	144	9	6.1	19	23
75	4.02	3.47	2.53	3.13	8	31	31	36	27	31			2.26	1.78	138	138	8.8	5.95	19.5	23.5
70	4.07	3.52	3.01	3.21	7	29	29	34	29	33	2	2	2.23	1.75	132	132	8.6	5.8	20	24
65	4.12	3.57	3.09	3.29		26	26	32	31	35			2.2	1.72	126	126	8.4	5.65	20.5	24.5
60	4.17	4.02	3.17	3.37	6	23	23	30	33	37	1	1	2.17	1.69	120	120	8.2	5.5	21	25
55	4.22	4.07	3.25	3.45		20	20	28	35	39			2.14	1.66	112	112	8	5.35	21.5	25.5
50	4.27	4.12	3.33	3.53	5	18	18	26	37	41			2.11	1.63	104	104	7.8	5.2	22	26
45	4.32	4.17	3.41	4.01		16	16	24	39	43			2.08	1.6	96	96	7.6	5.05	22.5	26.5
40	4.37	4.22	3.49	4.09	4	14	14	22	41	45			2.05	1.57	88	88	7.4	4.9	23	27
35	4.42	4.27	3.57	4.17		12	12	20	43	47			2.02	1.54	80	80	7.2	4.75	23.5	27.5
30	4.47	4.32	4.05	4.25	3	10	10	18	45	49			1.99	1.51	72	72	7	4.6	24	28
25	4.52	4.37	4.13	4.33		8	8	16	47	51			1.96	1.48	64	64	6.8	4.45	24.5	28.5
20	4.57	4.42	4.21	4.41	2	6	6	14	49	53			1.93	1.45	56	56	6.6	4.3	25	29
15	5.02	4.47	4.29	4.49		4	4	12	51	55			1.9	1.42	48	48	6.4	4.15	25.5	29.5
10	5.07	4.52	4.37	4.57	1	2	2	10	53	57			1.87	1.39	40	40	6.2	4	26	30
5	5.12	4.57	4.45	5.05		1	1	8	55	59			1.84	1.36	32	32	6	3.85	26.5	30.5
0	5.17	5.02	4.53	5.13		0	0	6	57	61	0	0	1.81	1.33	24	24	5.8	3.7	27	31