

附件 2

2022 年深圳中学高中自主招生二类考核方案（体育类）

足球项目二类自主招生考核方案

一、报名资格条件

- （一）初中阶段获得教育、体育行政部门组织区级比赛第一名、市级比赛前三名、省级比赛前八名；
- （二）具有国家一级及以上足球运动员证书；
- （三）具有上述 1 或 2 条件专业相应水平考生可由专业教师签名、学校推荐（推荐信加盖学校公章）；
- （四）具备上述条件之一者即可。

二、专项考核组织

- （一）考核时间：7 月 3 日（周日）上午 8:00 报到，8:30 开始考试
- （二）考核地点：深圳中学新校区（深圳市罗湖区泥岗西路 1068 号）
- （三）候考地点：深圳中学新校区体育馆 1 层
- （四）测试地点：深圳中学新校区足球场

三、考核项目及内容与方法

（一）身体素质测试（10 分）

30 米跑（10 分）

测试方法：采取站立式起跑，每人二次机会。

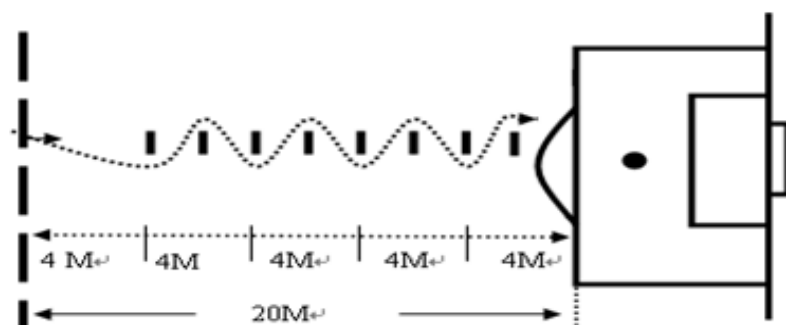
（二）基本技术测试（20 分）

1. 20 米行进颠球（10 分）

测试方法：单脚或双脚以及头部均可颠球，球不得落地，每移动一米得 0.5 分。（人球同时过终点线为准）每人二次机会。

2. 20 米运球绕杆射门（10 分）

测试方法：罚球区线至起点线距离为 20 米，起点至第一根杆距离为 4 米，其余每杆距离均为 2 米，共设 8 根杆。考生听信号，从起点开始运球，逐个绕过标志杆后须在罚球区外完成射门，球越过两门柱内侧和横梁下沿的球门线时计时停止。两次机会，取最优成绩。运球漏竿或未射进球门，算一次失败，射中球门横梁或立柱可补测一次。如 3 次测试均为失败，成绩以零分计算。



“20 米运球绕杆射门测试”图示

（三）位置技术测试

1. 前锋技术测试

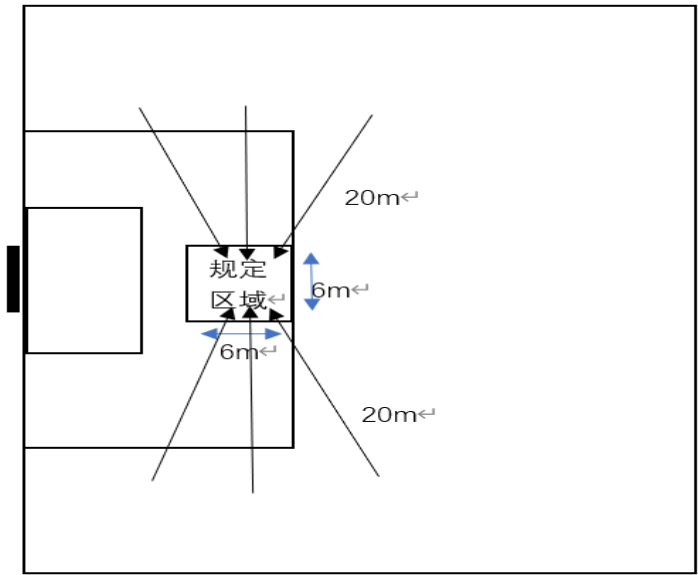
接控球射门（10 分）

测试方法：

达标：队员站在罚球点后的规定区域（6 米×6 米）内，接控来自于六个方向、不同高度、每个方向各一个传球（共 6 次）后射门。射入距两侧球门柱 2 米的正中区域得 0.5 分，两侧距球门柱 2 米的区域得 1 分，未射入球门得 0 分，记最好的 5 球成绩。

技评：依停接球稳定性、动作连贯性、协调性、合理性、射门

的力量和准确性进行技术综合评定。优为 1.0-0.9；良为 0.8-0.7；及格为 0.6；差为 0.5。



“前锋接控球射门测试”图示

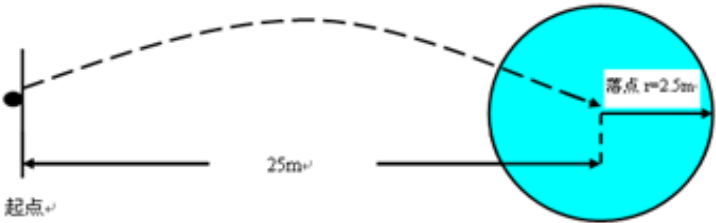
2. 前卫技术测试

25 米踢准（10 分）

测试方法：

达标：每人踢 6 球，左右脚不限，记最好的 5 球成绩。以第一落点记录成绩，圈内或压线得分，每球 1 分。

技评：依动作连贯性、协调性、合理性、传球的准确性和时效性进行技术综合评定。优为 1.0-0.9；良为 0.8-0.7；及格为 0.6；差为 0.5。



足球“25 米踢准”图示

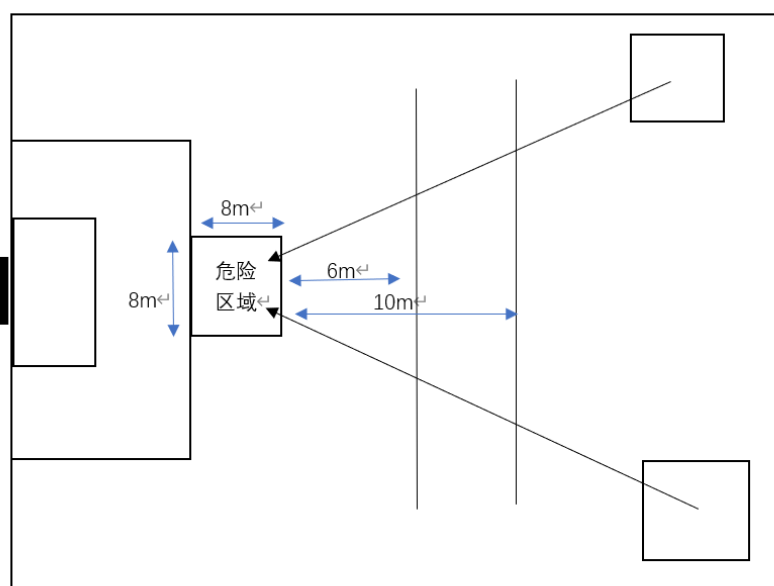
3. 后卫技术测试

解围球（10 分）

测试方法：

达标：罚球区外的规定区域（8 米×8 米），面对来自于两个方向、每个方向各三个长传球（共 6 次），用身体合理部位直接将球处理出危险区域，满足 10 米距离得 1 分，满足 6 米距离得 0.5 分，未处理出 6 米区域外的为 0 分，记最好的 5 球成绩。（传入的球落点明显不在规定区域的为无效球，不计入总数）

技评：对球落点的预判能力与观察能力、移动时动作连贯性、准确性和身体的协调性进行技术综合评定。优为 1.0-0.9；良为 0.8-0.7；及格的为 0.6；差为 0.5。



“后卫解围球测试”图示

（四）比赛能力测试（60 分）：

分 A、B、C、D 四个等级，对考生的技术运用、战术意识、比赛作风等方面进行评价。

足球项目二类自主招生守门员考核方案

一、守门员考核内容与方法

类别	专项素质	专项技术		实战能力
考核指标	立定三级跳远	掷远与踢远	扑接球	比赛
分值	20	20	20	40

（一）专项素质

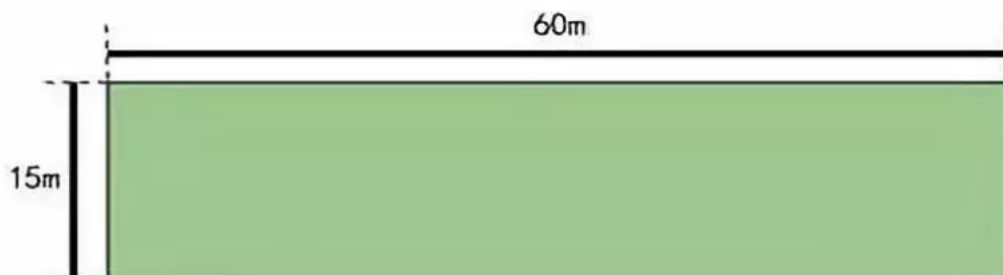
立定三级跳远考试方法（20分）：

考生原地双脚站立在起跳线后，双脚原地起跳单脚落地（第一级跳），第二级跳用摆动腿落地（跨步跳）随即单脚第三级跳双脚落地（考生可穿钉鞋），参照《田径竞赛规则》执行。每人测试2次，取最好成绩。

（二）专项技术

1. 掷远与踢远（20分）

测试方法：如图所示，在球场适当位置画一条15米线段作为测试区横宽，从横线两端分别向场内垂直画两条60米以上平行直线作为测试区纵长，标出距离数。考生站在起点线后，先将球以手掷远3次（允许戴手套进行），然后用脚踢远3次（采用踢凌空球、反弹球、定位球等方法不限），各取其中最好一次成绩相加为最终成绩。每次掷、踢球的落点必须在测试区横宽以内，否则不计成绩。



“守门员掷远与踢远测试”图示

2. 扑接球（20 分）

测试方法：考生守门，扑接 10 个来自罚球区线外射中球门的有效射门球（含地滚球、半高球、高球以及需要倒地扑救的球）。

（三）比赛能力测试（40 分）

测试方法：比赛采用 11 人制，参照足球竞赛规则执行。分优秀、良好、及格、不及格四个等级，对考生的技术运用、战术意识、心理素质以及比赛作风等方面进行综合评定。

守门员手抛球、踢球（技评）（20 分）

等级	分值	技战术评价
A	18-20 分	技术正确，抛、踢球 70 米以上，准确
B	15-17 分	技术基本正确，抛、踢球 65 米以上
C	10-14 分	技术一般，抛、踢球 60 米以上
D	1-9 分	技术一般，抛、踢球 60 米以下

守门员接球、扑接球（20 分）

等级	分值	技战术评价
A	18-20 分	技术正确、熟练，接球扑球稳、准
B	15-17 分	技术基本正确，接扑球较稳、准
C	10-14 分	技术一般，接扑球不稳、有失误
D	1-9 分	技术不正确，失误较多

守门员比赛（见评分标准）（40 分）

等级	分值	技战术评价
A	36-40 分	技术全面正确，站位、选位准确，判断出击合理，控制球能力强
B	25-35 分	技术基本正确，站位、选位比较准确，判断出击基本合理，有较好的控制球能力

C	15-24 分	技术一般，站位、选位一般，判断出击不够合理，控制球能力较差
D	0-14 分	技术有明显的错误，控制球能力差

足球测试成绩评分表（男子足球：非守门员）

足球特长生测试成绩评分表（男子足球：非守门员）								
分值	身体素质（10分）	基本技术（20分）		位置技术（10分）			比赛能力（60分）	
	30米跑（秒）（10分）	20米行进间颠球（米）（10分）	20米绕杆射门（秒）（10分）	前锋技术	前卫技术	后卫技术		
				接控球射门（10分）	25米踢准（10分）	解围球（10分）		
10	4.00	20	8.00	每球达标技评2分。	每球达标技评2分。	每球达标技评2分。	A: 60-46	技术全面、战术配合意识好、特点突出
9.5	4.05	19	8.01-8.20					
9	4.10	18	8.21-8.40	达标：每人踢球射门6次，取5次最好成绩。射入两侧距球门柱2米的区域得1分，射入距离两侧球门柱2米的正中区域得0.5分，未射入球门得0分。	达标：每人踢球6次，左右脚不限，以第一落点记录成绩，圈内或压线得分。	达标：每人解围球6次，取5次最好成绩。解围球出危险区域10米（含10米）以上得1分；6-10米得0.5分；6米以下得0分。	B: 45-36	技术较好、战术意识一般、特点不突出
8.5	4.15	17	8.41-8.60					
8	4.20	16	8.61-8.80	技评：依动作连贯性、协调性、合理性、传球的准确性和时效性进行技术综合评定。	技评：依动作连贯性、协调性、合理性、传球的准确性和时效性进行技术综合评定。	技评：对球落点的预判能力与观察能力、移动时动作连贯性、准确性和身体的协调性进行技术综合评定。	C: 35-26	技术一般、无特点
7.5	4.25	15	8.81-9.00					
7	4.30	14	9.01-9.20	技评：依停接球稳定性、动作连贯性、协调性、合理性、射门的力度和准确性进行技术综合评定。	优为1.0-0.9；良为0.8-0.7；及格为0.6；差为0.5。	优为1.0-0.9；良为0.8-0.7；及格为0.6；差为0.5。	D: 25分以下	技术较差、无特点
6.5	4.35	13	9.21-9.40					
6	4.40	12	9.41-9.60	技评：依停接球稳定性、动作连贯性、协调性、合理性、射门的力度和准确性进行技术综合评定。	优为1.0-0.9；良为0.8-0.7；及格为0.6；差为0.5。	优为1.0-0.9；良为0.8-0.7；及格为0.6；差为0.5。		
5.5	4.45	11	9.61-9.80					
5	4.50	10	9.81-10.00	技评：依停接球稳定性、动作连贯性、协调性、合理性、射门的力度和准确性进行技术综合评定。	优为1.0-0.9；良为0.8-0.7；及格为0.6；差为0.5。	优为1.0-0.9；良为0.8-0.7；及格为0.6；差为0.5。		
4.5	4.55	9	10.01-10.20					
4	4.60	8	10.21-10.40	技评：依停接球稳定性、动作连贯性、协调性、合理性、射门的力度和准确性进行技术综合评定。	优为1.0-0.9；良为0.8-0.7；及格为0.6；差为0.5。	优为1.0-0.9；良为0.8-0.7；及格为0.6；差为0.5。		
3.5	4.65	7	10.41-10.60					
3	4.70	6	10.61-10.80	技评：依停接球稳定性、动作连贯性、协调性、合理性、射门的力度和准确性进行技术综合评定。	优为1.0-0.9；良为0.8-0.7；及格为0.6；差为0.5。	优为1.0-0.9；良为0.8-0.7；及格为0.6；差为0.5。		
2.5	4.75	5	10.81-11.00					
2	4.80	4	11.01-11.20	技评：依停接球稳定性、动作连贯性、协调性、合理性、射门的力度和准确性进行技术综合评定。	优为1.0-0.9；良为0.8-0.7；及格为0.6；差为0.5。	优为1.0-0.9；良为0.8-0.7；及格为0.6；差为0.5。		
1.5	4.85	3	11.21-11.40					
1	4.90	2	11.41-11.60	技评：依停接球稳定性、动作连贯性、协调性、合理性、射门的力度和准确性进行技术综合评定。	优为1.0-0.9；良为0.8-0.7；及格为0.6；差为0.5。	优为1.0-0.9；良为0.8-0.7；及格为0.6；差为0.5。		
0.5	4.95	1	11.61-11.80					

足球测试成绩评分表（男子足球：守门员）

足球特长生测试成绩评分表（男子足球：守门员）					
分值	专项素质（20分）	专项技术（40分）		实战能力（40分）	
	立定三级跳远（米）	掷远与踢远（20分）	扑接球（20分）		
20	7.80	75	A: 20-17	A: 60-51	技术全面正确，站位、选位准确，战术意识突出，判断出击合理，控制球能力强，比赛作风顽强
19	7.70				
18	7.60	70			
17	7.50				
16	7.40	65	B: 16-13	B: 50-41	技术运用基本正确，站位、选位比较准确，战术意识良好，判断出击基本合理，有较好控制球能力强，比赛作风良好
15	7.30				
14	7.20	60			
13	7.10	55			
12	7.00		C: 12-9	C: 40-31	技术运用一般，站位、选位一般，战术意识一般，判断出击不够合理，控制球能力较差，比赛作风一般
11	6.90				
10	6.80	50			
9	6.70				
8	6.60	45	D: 9分以下	D: 30分以下	技术有明显的错误，站位、选位较差，战术意识水平差，判断出击不合理，控制球能力差，比赛作风一般
7	6.50	40			
6	6.40				
5	6.30				
4	6.20	35			
3	6.10				
2	6.00	30			
1	5.90				

二、未尽事宜由考核小组审定。

乒乓球项目二类自主招生考核方案

一、报名资格条件

- (一) 有六年以上正式训练经历，并在初中阶段获得市级以上教育、体育行政部门组织的乒乓球比赛单项前三名、省级比赛前六名；
- (二) 具有国家二级及以上乒乓球运动员证书；
- (三) 具有上述 1 或 2 条件专业相应水平考生可由专业教师签名、学校推荐（推荐信加盖学校公章）；
- (四) 具备上述条件之一者即可。

二、专项考核组织

- (一) 考核时间：7 月 3 日（周日）上午 8:00 报到，8:30 开始考试
- (二) 考核地点：深圳中学新校区（深圳市罗湖区泥岗西路 1068 号）
- (三) 候考地点：深圳中学新校区体育馆 1 层
- (四) 测试地点：深圳中学新校区体育馆 3 层

三、考核项目及内容与方法（表一）

表一 考核项目及内容与方法

序号	项 目	分值		
		技能/素质/比赛	技术评价	合计
1	专项技能	20 分	10 分	30 分
2	专项素质	10 分	0 分	10 分
3	单项比赛	40 分	20 分	60 分
合计		70 分	30 分	100 分

（一）、专项技能考核与技术评价（30 分）

1、专项技能（20 分）

考核方法：发下旋球后①正手位拉起②③移动至反手位连续两板反手，④⑤移动至正手位连续两板为一个组合（颗粒打法可为攻球，削球打法可攻削结合），共 10 组。每成功一组计 2 分（失败不计分，成功少于 2 组含 2 组不计分），考试过程中，如遇陪考人员的失误不计考生失败，再次发球后考生计连续板数。

2、技术评价（10 分）

评价方法：在“专项技能”考核中，对考生进行技术评价，评价标准（表二）

表二 专项技能考核与技术评价评分表

	标准（组）	分值
专项技能	10	20
	9	18
	8	16
	7	14
	6	12
	5	10
	4	8
	3	6
	少于 3 组不计分	
技术评价	标准	分值
	优秀：技术规范/合理/协调，击球质量高，控制球能力强	9-10
	良好：技术规范/合理/较协调，击球质量较高，控球能力较好	7-8
	及格：技术尚好/合理/较协调，击球质量一般，控球能力稍差	4-6

（二）专项素质（10分）

考核方法：两个挡板相距 3 米，考生侧向站立于其挡板内侧，利用滑步在两个挡板间移动，用持拍手触碰挡板上缘连续往返 5 次，按时间计取成绩，用时少者列前，每位考生限有 1 次测试机会。

考官发出“开始”口令的同时开始计时，考生每次须触碰到挡板，（未触碰到挡板的当次单边无效），以 0.1 秒为单位计取成绩（表三）

表三 专项素质评分表

分值	男 生（秒）	女 生（秒）	分值
10	7.0	8.3	10
9	7.1	8.4	9
8	7.2	8.5	8
7	7.3	8.6	7
6	7.4	8.7	6
5	7.5	8.8	5
4	7.6	8.9	4
3	7.7	9.0	3
2	7.8	9.1	2
1	7.9	9.2	1

（三）比赛 60 分（名次 40 分，技战术评定 20 分）

1、比赛（40 分）

比赛方法：分为男生组、女生组，单打项目。根据考生报名情况采用三局两胜制的分组循环赛、淘汰赛或循环淘汰混合赛制，考核参照最新版《乒乓球竞赛规则》执行，考生完成所有轮次的考核后，按名次计分。（若男女各组参加考试人数少于 3 人，由考评组安

4		女									
5		男									
6		男									
7		男									
8		男									
监考员签名											

羽毛球项目二类自主招生考核方案

一、报名资格条件

- (一) 有六年以上正式训练经历，并在初中阶段获得市级以上教育、体育行政部门组织的羽毛球比赛单项前三名、省级比赛前六名；
- (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 条件专业相应水平考生可由专业教师签名、学校推荐（推荐信加盖学校公章）；
- (四) 具备上述条件之一者即可。

二、专项考核组织

- (一) 考核时间：7 月 3 日（周日）上午 8:00 报到，8:30 开始考试
- (二) 考核地点：深圳中学新校区（深圳市罗湖区泥岗西路 1068 号）
- (三) 候考地点：深圳中学新校区体育馆 1 层
- (四) 测试地点：深圳中学新校区体育馆 3 层

三、考核项目及内容与方法

序号	项 目	分值		
		技能/素质/比赛	技术评价	合计
1	基本技能	10 分	4 分	14 分
2	专项素质	10 分	0 分	10 分
3	实战比赛	50 分	26 分	76 分
合计		70 分	30 分	100 分

（一）基本技能 14 分（基本技术 10 分，技术评价 4 分）

1. 基本技术（10 分）

考核方法：考生持拍站于后场，距离底线 2.5 米区域内。将陪考员发出的高远球分别用正手高远球技术和侧身头顶高远球技术击直线球，球需垂直下落到指定区域（单双打后发球线之间的区域内），球落到指定区域计 1 分，正反手位各 5 球，总计 10 球，10 分。（如遇陪考人员的失误不计考生成绩）

2. 技术评价（4 分）

评价方法：（表一）

表一 技术评价

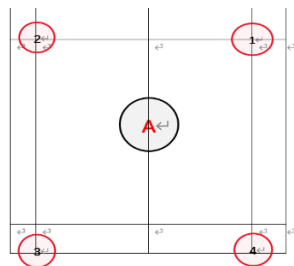
分值	技术评价标准
4	动作正确、合理、协调，击球质量高，控制球能力强
3	动作正确、合理、较协调，击球质量较高，控制球能力较强；
2	动作尚正确、合理、协调，击球质量一般，控制球能力一般；
1	动作正确但不合理、不协调，击球质量差，控制球能力差。

（二）专项素质（四角移动）（10 分）

考核方法：考生站于单打场地中心区域（A），听到指令后考生从正手位按逆时针快速移动，用脚依次触碰各点标志区，连续进行 2 轮

次，按时间计取成绩；评分表计分（表二）。

图 1:



表二 专项素质评分表

分值	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
成绩	22.0	22.5	23.0	23.5	24.0	24.5	25.0	25.5	26.0	26.5

（三）比赛 76 分（名次 50 分，技战术评价 26 分）

1. 比赛（50 分）

比赛方法：分为男生组、女生组，单打项目。根据考生报名情况采用一局制的分组循环赛、淘汰赛或循环淘汰混合赛制（若男女各组参加考试人数少于 3 人，由考评组安排陪考人员参加实战比赛），考核参照最新版《羽毛球竞赛规则》执行，考生完成所有轮次的考核后，按名次计分（表三）。

表三 比赛成绩评分表

名次	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
分值	50	48	46	44	42	40	38	36	34	32

2. 技战术（26 分）

评价方法：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（见表四）。

表四 技战术评价表

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

羽毛球项目考核成绩记录表与总分统计表（横版打印）

编号	姓名	性别	基本技能		专项素质 10	比赛与技术评价					总分 100
			基本技术 10	技术评价 4		单项比赛 50	综合能力 8	意志品质 5	技战术 5	发展潜力 8	
1		女									
2		女									
3		女									
4		女									
5		男									
6		男									
7		男									
8		男									
监考员签名											

网球项目二类自主招生考核方案

一、报名资格条件

（一）有六年以上正式训练经历，并在初中阶段获得市级以上教育、

体育行政部门组织的网球比赛单项前三名、省级比赛前六名

- (二) 具有国家二级及以上网球运动员证书；
- (三) 具有上述 1 或 2 条件专业相应水平考生可由专业教师签名、学校推荐（推荐信加盖学校公章）；
- (四) 具备上述条件之一者即可。

二、专项考核组织

- (一) 考核时间：7 月 3 日（周日）上午 8:00 报到，8:30 开始考试
- (二) 考核地点：深圳中学新校区（深圳市罗湖区泥岗西路 1068 号）
- (三) 候考地点：深圳中学新校区体育馆 1 层
- (四) 测试地点：深圳中学新校区体育馆 5 层

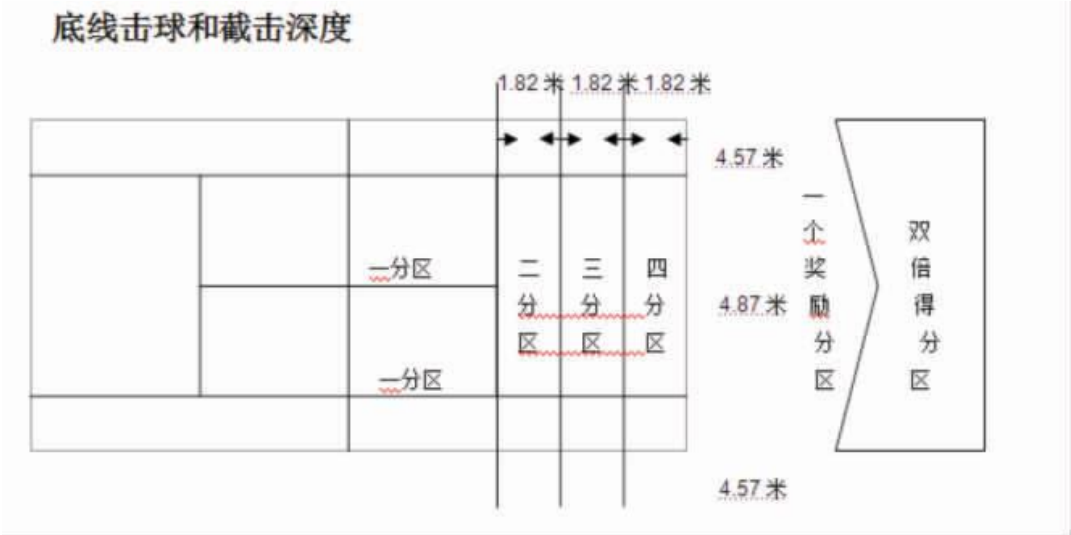
三、考核项目及内容与方法

序号	项 目	分值		
		技能/素质/比赛	技术评价	合计
1	基本技能	20 分	10 分	30 分
2	专项素质	10 分	0 分	10 分
3	单项比赛	40 分	20 分	60 分
合计		70 分	30 分	100 分

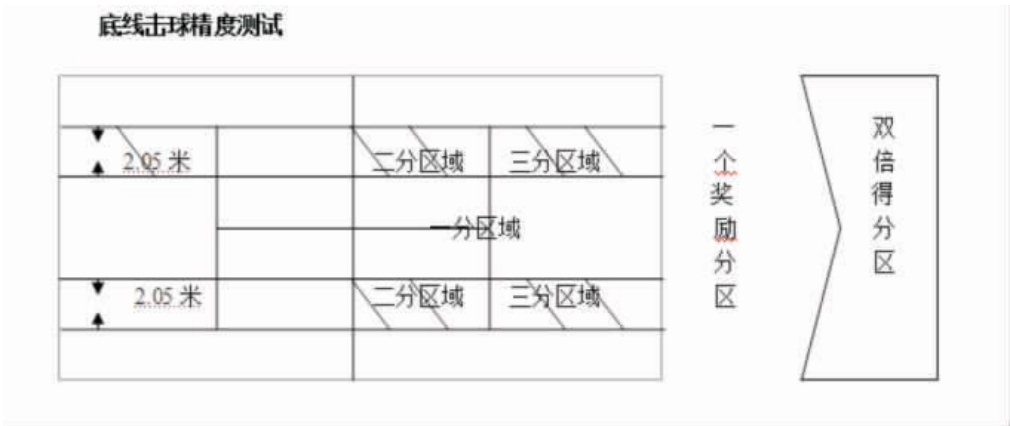
(一)、基本技能（打点测试）（20 分）

- 考核方法：（计分法）
- 1、底线击球深度测试：10 个正反手底线交替击球
 - 2、截击深度测试：8 个正反手交替截击球（如正反手底线交替击球或截击球第一落点在 4 分区，球弹跳以后的第二落点超过底线

(+1 分) 且在双倍区 (+4 分)，则底线击球深度测试得分为 9 分，
其余情况按击球落点得分，具体见下图)

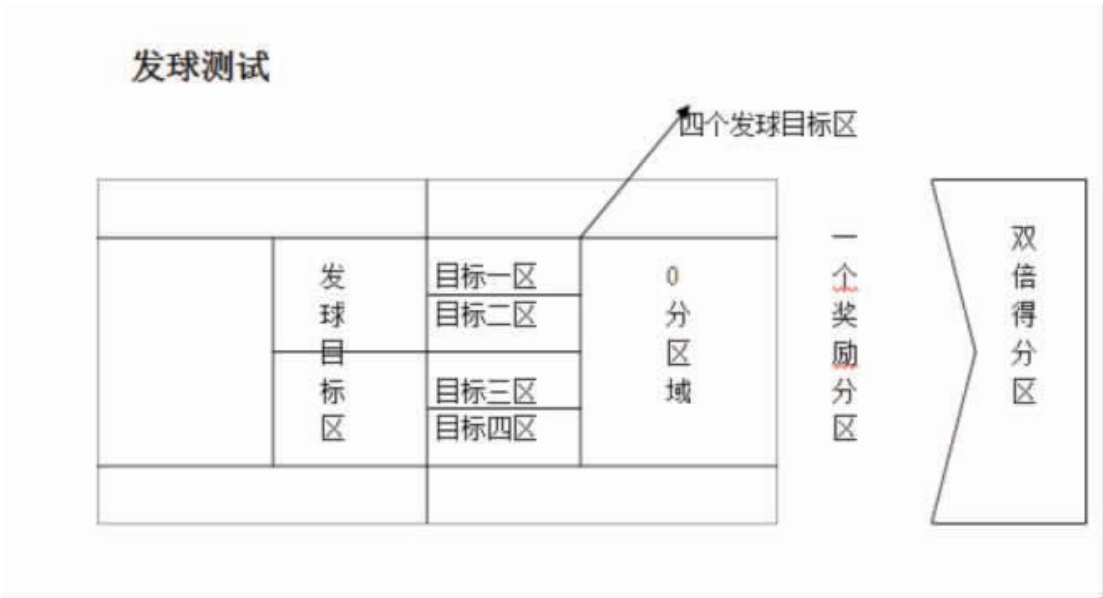


3、底线击球精准度测试：6 个底线正反手直线击球，6 个底线正反手斜线击球（如正手直线第一落点在三分区域，球弹跳以后的第二落点超过底线 (+1 分) 且在双倍区 (+3 分)，则正手直线得分为 7 分，其余情况按击球落点得分，具体见下图)



4、发球：总发 12 个球，4 个目标区，每个目标区发 3 个球，
每个发球两次机会（第一发球命中目标区得 4 分，球弹跳以后的第二落点超过底线 (+1 分) 且落在双倍区 (+4 分)，则一发命中得分

9 分，二发得分减半，如二发命中得 2 分，球弹跳以后的第二落点超过底线（+1 分）且落在双倍区（+2 分），则二发命中得 5 分，其余情况按发球落点得分，具体见下图）



5、计分方法（见表一）

表一 技能考核评分表

技能考核（20 分）	项目分值
打点分值第 1 名	20 分
打点分值第 2 名	18 分
打点分值第 3 名	16 分
打点分值第 4 名	14 分
打点分值第 5 名	12 分
打点分值第 6 名	10 分
打点分值第 7 名	8 分
打点分值第 8 名	6 分
打点分值第 9 名	4 分
打点分值第 10 名	2 分
打点分值第 11 名	1 分

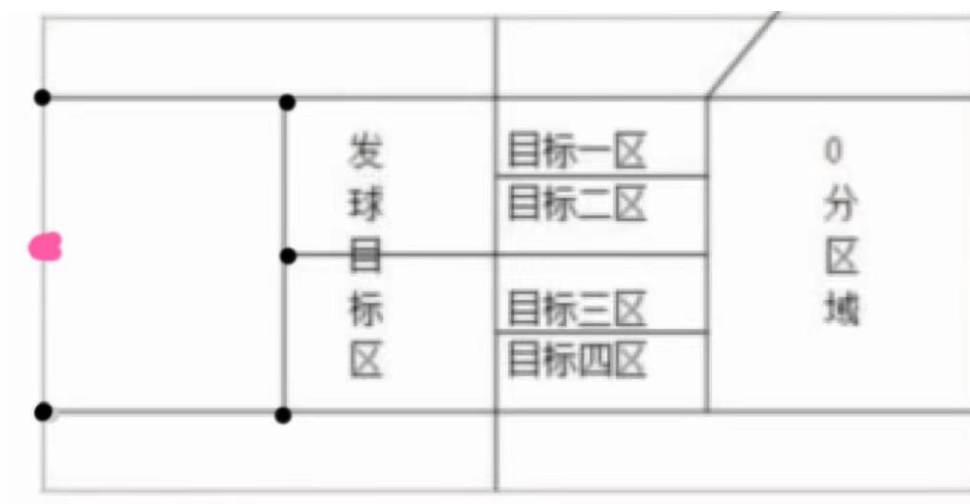
（二）技术评价方法（10分）（见表二）

表二 专项技术评定评分表

等级	技术评价标准（10分）	分值
一级	动作正确、合理、协调，击球质量高，控球能力强	9-10
二级	动作正确、合理、较协调，击球质量较高，控球能力较强	7-8
三级	动作尚正确、合理、协调，击球质量一般，控球能力一般	4-6
四级	动作正确但不合理、不协调，击球质量差，控球能力差	1-3

三、专项素质 灵敏度测试——五点跑动（10分）

考核方法：在五个黑色位置各放5个球（如图），要求考生以最快速度依次将球放进红色位置的球拍上。（不允许球掉出球拍，如球掉出球拍需重新将球放回球拍位置），按时间计取成绩（表三）。



表三 专项素质评分表

分值	五点跑动成绩（秒）		分值
	男生	女生	
10	15.0	16.0	10
9	16.0	17.0	9
8	17.0	18.0	8
7	18.0	19.0	7

6	19.0	20.0	6
5	20.0	20.0	5
4	21.0	22.0	4
3	22.0	23.0	3
2	23.0	24.0	2
1	24.0	25.0	0

四、专项比赛测试 60 分（名次 40 分，技战术评价 20 分）

（一）比赛

1. 比赛方法：分为男生组、女生组，单打项目。

2、考前抽签，根据考生报名情况采用分组循环赛、淘汰赛或循环淘汰混合赛制；采用四局无占先，当局分 3 比 3 抢 7，净胜 2 分为获胜。（若男女各组参加考试人数少于 3 人，由考评组安排陪考人员参加实战比赛）

3、考核参照最新《网球竞赛规则》执行。

4、考生完成所有考核轮次后，按名次计分。

（二）比赛名次（40 分）

表四 单项比赛成绩评分表

名次	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
分值	40	36	32	28	24	20	16	12	8	4

（三）技战术（20 分）

评价方法：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。见表 5：

表 5 比赛能力综合评定表

等级	综合能力	意志品质	技战术特点	技术发展潜力
级一	优秀 5 分	顽强 5 分	突出 5 分	技术发展潜力大 5 分
级二	良好 3-4 分	一般 3-4 分	一般 3-4 分	技术发展潜力一般 3-4 分
级三	一般 1-2 分	脆弱 1-2 分	无特点 1-2 分	无潜力 1-2 分

五、未尽事宜由专项考核小组审定

网球项目考核成绩记录表与总分统计表（横版打印）

编号	姓名	性别	专项技能		专项素质 10	比赛与技术评价					总分 100
			专项技能 20	技术评价 10		比赛 40	综合能力 5	技术特点 5	发展潜能 5	意志品质 5	
1		女									
2		女									
3		女									
4		女									
5		男									
6		男									
7		男									
8		男									
监考员签名											

游泳项目二类自主招生考核方案

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游泳比赛单项前三名、省级比赛前六名；
- (二) 具有国家一级及以上游泳运动员证书或成绩证明；
- (三) 具有上述 1 或 2 条件专业相应水平考生可由专业教师签名、学校推荐（推荐信加盖学校公章）；
- (四) 具备上述条件之一者即可。

二、专项考核组织

- (一) 考核时间：7 月 3 日（周日）上午 8:00 报到，8:30 考试
- (二) 考核地点：深圳中学泥岗校区（泥岗西路 1068 号）
- (三) 候考地点：深圳中学泥岗校区体育馆 1 层
- (四) 测试地点：深圳中学泥岗校区游泳馆

三、考核内容及要求

（一）考核内容

1. 专项测试（90 分）

考生须在蝶泳（100 米、200 米）、仰泳（100 米、200 米）、蛙泳（100 米、200 米）、自由泳（100 米、200 米）和 200 米个人混合泳中，选择一个项目进行测试，按成绩计分。

2. 200 米个人混合泳综合测试（10 分）

由考评专家根据运动员现场测试过程中的技术动作规范性、水感与身体控制能力、相关项目发展潜力、运动员身体条件等给综合评价。

3. 除本考核方案规定之外，按最新《游泳竞赛规则》执行。

4. 考试采用电动计时系统。

（二）评分与评价

1. 专项考核成绩采用《游泳专项考核成绩评分表》计分(见附件)；
2. 技能评价采用《游泳技能评价标准》计分（见评分表）。

评分表

评价指标		分值
技术动作规范性		3 分
水感与身体控制能力		3 分
专项发展潜力		2 分
身体综合条件		2 分
综合评价	标准	分值
	优秀：技术规范，水感好，身体综合条件好，发展潜力高	9-10
	良好：技术较规范，水感较好，身体条件较好，发展潜力不高	6-8
	及格：技术不规范，水感普通，身体条件一般，发展潜力低	3-5

四、未尽事宜由考核小组审定。

游泳项目考核成绩记录表与总分统计表

编号	姓名	性别	专项			综合评分	总分
			项目	成绩	得分		
1							
2							
3							
4							
5							
6							
监考员签名							

附件：

表 1：男子仰泳、蛙泳、蝶泳评分表(50 米池)

分值	仰泳		蛙泳		蝶泳	
	100 米	200 米	100 米	200 米	100 米	200 米
100	58.45	2:06.45	1:03.80	2:21.90	55.45	2:02.70
98	59.56	2:08.76	1:05.24	2:24.52	56.36	2:04.96
96	1:00.67	2:11.07	1:06.68	2:27.14	57.27	2:07.22
94	1:01.78	2:13.38	1:08.12	2:29.76	58.18	2:09.48
92	1:02.89	2:15.69	1:09.56	2:32.38	59.09	2:11.74
90	1:04.00	2:18.00	1:11.00	2:35.00	1:00.00	2:14.00
88	1:05.00	2:20.30	1:11.90	2:36.90	1:01.10	2:16.40
86	1:06.00	2:22.60	1:12.80	2:38.80	1:02.20	2:18.80
84	1:07.00	2:24.90	1:13.70	2:40.70	1:03.30	2:21.20
82	1:08.00	2:27.20	1:14.60	2:42.60	1:04.40	2:23.60
80	1:09.00	2:29.50	1:15.50	2:44.50	1:05.50	2:26.00
78	1:10.00	2:31.80	1:16.40	2:46.40	1:06.60	2:28.40
76	1:11.00	2:34.10	1:17.30	2:48.30	1:07.70	2:30.80
74	1:12.00	2:36.40	1:18.20	2:50.20	1:08.80	2:33.20
72	1:13.00	2:38.70	1:19.10	2:52.10	1:09.90	2:35.60
70	1:14.00	2:41.00	1:20.00	2:54.00	1:11.00	2:38.00
68	1:15.07	2:43.33	1:20.93	2:55.93	1:12.20	2:40.67
66	1:16.13	2:45.67	1:21.87	2:57.87	1:13.40	2:43.33
64	1:17.20	2:48.00	1:22.80	2:59.80	1:14.60	2:46.00
62	1:18.27	2:50.33	1:23.73	3:01.73	1:15.80	2:48.67
60	1:19.33	2:52.67	1:24.67	3:03.67	1:17.00	2:51.33

注：评分表计分单位为 0.5 分

表 2：女子仰泳、蛙泳、蝶泳评分表(50 米池)

分值	100 米仰	200 米仰	100 米蛙	200 米蛙	100 米蝶	200 米蝶
100	1:04.30	2:18.30	1:10.75	2:36.60	1:00.50	2:14.20
98	1:05.24	2:20.54	1:12.20	2:39.48	1:02.00	2:16.36
96	1:06.18	2:22.78	1:13.65	2:42.36	1:03.50	2:18.52

分值	100 米仰	200 米仰	100 米蛙	200 米蛙	100 米蝶	200 米蝶
94	1:07.12	2:25.02	1:15.10	2:45.24	1:05.00	2:20.68
92	1:08.06	2:27.26	1:16.55	2:48.12	1:06.50	2:22.84
90	1:09.00	2:29.50	1:18.00	2:51.0	1:08.00	2:25.00
88	1:10.20	2:31.85	1:19.10	2:53.20	1:09.20	2:27.95
86	1:11.40	2:34.20	1:20.20	2:55.40	1:10.40	2:30.90
84	1:12.60	2:36.55	1:21.30	2:57.60	1:11.60	2:33.85
82	1:13.80	2:38.90	1:22.40	2:59.80	1:12.80	2:36.80
80	1:15.00	2:41.25	1:23.50	3:02.00	1:14.00	2:39.75
78	1:16.20	2:43.60	1:24.60	3:04.20	1:15.20	2:42.70
76	1:17.40	2:45.95	1:25.70	3:06.40	1:16.40	2:45.65
74	1:18.60	2:48.30	1:26.80	3:08.60	1:17.60	2:48.60
72	1:19.80	2:50.65	1:27.90	3:10.80	1:18.80	2:51.55
70	1:21.00	2:53.00	1:29.00	3:13.00	1:20.00	2:54.50
68	1:22.33	2:56.03	1:30.00	3:15.33	1:21.27	2:57.40
66	1:23.67	2:59.07	1:31.00	3:17.67	1:22.53	3:00.30
64	1:25.00	3:02.10	1:32.00	3:20.00	1:23.80	3:03.20
62	1:26.33	3:05.13	1:33.00	3:22.33	1:25.07	3:06.10
60	1:27.67	3:08.17	1:34.00	3:24.67	1:26.33	3:09.00

注：评分表计分单位为 0.5 分

表 3：男子 女子自由泳、混合泳评分表(50 米池)

分值	男子自由泳		女子自由泳		200 米个人混合泳	
	100 米	200 米	100 米	200 米	男生	女生
100	51.50	1:51.55	56.30	2:01.20	2:08.20	2:18.40
98	52.30	1:53.84	57.54	2:03.96	2:10.36	2:20.72
96	53.10	1:56.13	58.78	2:06.72	2:12.52	2:23.04
94	53.90	1:58.42	1:00.02	2:09.48	2:14.68	2:25.36
92	54.70	2:00.71	1:01.26	2:12.24	2:16.84	2:27.68
90	55.50	2:03.00	1:02.50	2:15.00	2:19.00	2:30.00
88	56.45	2:05.00	1:03.55	2:17.40	2:21.10	2:32.80
86	57.40	2:07.00	1:04.60	2:19.80	2:23.20	2:35.60
84	58.35	02:09.0	1:05.65	2:22.20	2:25.30	2:38.40

分值	男子自由泳		女子自由泳		200 米个人混合泳	
	100 米	200 米	100 米	200 米	男生	女生
82	59.30	2:11.00	1:06.70	2:24.60	2:27.40	2:41.20
80	1 :00.25	2:13.00	1:07.75	2:27.00	2:29.50	2:44.00
78	1 :01.20	2:15.00	1:08.80	2:29.40	2:31.60	2:46.80
76	1 :02.15	2:17.00	1:09.85	2:31.80	2:33.70	2:49.60
74	1 :03.10	2:19.00	1:10.90	2:34.20	2:35.80	2:52.40
72	1 :04.05	2:21.00	1:11.95	2:36.60	2:37.90	2:55.20
70	1 :05.00	2:23.00	1:13.00	2:39.00	2:40.00	2:58.00
68	1 :06.13	2:25.20	1:14.40	2:41.93	2:42.33	3:01.33
66	1 :07.27	2:27.40	1:15.80	2:44.87	2:44.67	3:04.67
64	1 :08.40	2:29.60	1:17.20	2:47.80	2:47.00	3:08.00
62	1 :09.53	2:31.80	1:18.60	2:50.73	2:49.33	3:11.33
60	1 :10.67	2:34.00	1:20.00	2:53.67	2:51.67	3:14.67

注：评分表计分单位为 0.5 分

田径项目二类自主招生考核方案

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三名、省级比赛单项前六名；
- （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 条件专业相应水平的考生可由专业教师签名、学校推荐（推荐信加盖学校公章）；
- （四）具备上述条件之一者即可。

二、招生项目及人数

内容	项目	人数	备注
----	----	----	----

径赛	100 米、200 米、400 米	2	男女不限
田赛	跳远、三级跳远	2	男女不限

三、专项考核组织

(一) 考核时间：7 月 3 日（周日）上午 8:00 报到，8:30 开始考试

(二) 考核地点：深圳中学新校区（深圳市罗湖区泥岗西路 1068 号）

(三) 候考地点：深圳中学新校区体育馆 1 层

(四) 测试地点：深圳中学新校区田径场

四、考核内容与方法（100 分）

(一) 专项考核（90%）

1、考核项目 100 米、200 米、400 米、三级跳远、跳远。（考生只限于报考专项的考核）。

2、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。

(2) 径赛各组次起跑允许有 1 次犯规，之后的犯规将被取消考核资格。

(3) 田赛远度项目每人有四次试跳机会。

(4) 除本方案规定之外，参照最新《田径竞赛规则》执行。

(5) 径赛项目采用电动计时系统。

(6) 各专项考核项目按成绩计分。(附件 1《2022 年深圳中学田径特长生专项考核成绩评分表》)。

(二) 技术评价 (10%)

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、以及相关项目发展潜力、运动员身体条件等给予技术评价分。(见评分表)

评分表

评价指标		分值	
技术动作规范性		2 分	
运动能力表现		2 分	
专项发展潜力		3 分	
身体综合条件		3 分	
综合评价	标准		分值
	优秀：技术规范，运动能力强，身材条件好，发展潜力高		9-10
	良好：技术较规范，运动能力好，身材条件较好，发展潜力一般		4-8
	及格：技术不规范，运动能力普通，身材条件一般，发展潜力低		0-4

五、未尽事宜由专项考核小组审定。

附件一：

2022 年深圳中学田径特长生专项考核成绩评分表

分值	女子					男子					分值
	100 米	200 米	400 米	跳远	三级跳远	100 米	200 米	400 米	跳远	三级跳远	
100	12.65	26.80	59.00	5.30	11.50	11.25	22.20	50.70	6.80	14.00	100
98	12.70	26.90	59.50	5.25	11.35	11.30	22.40	51.00	6.72	13.85	98
96	12.75	27.00	1:00.00	5.20	11.20	11.35	22.60	51.30	6.64	13.70	96
94	12.80	27.10	1:00.50	5.15	11.05	11.40	22.80	51.60	6.56	13.55	94

92	12.85	27.20	1: 01.00	5.10	10.90	11.45	23.00	51.90	6.48	13.40	92
90	12.90	27.30	1: 01.50	5.05	10.75	11.50	23.20	52.20	6.40	13.25	90
88	12.95	27.40	1: 02.00	5.00	10.70	11.55	23.40	52.50	6.35	13.10	88
86	13.00	27.50	1: 02.50	4.95	10.60	11.60	23.60	52.80	6.30	13.00	86
84	13.05	27.60	1: 03.00	4.90	10.50	11.70	23.80	53.10	6.25	12.90	84
82	13.10	27.70	1: 03.10	4.85	10.40	11.80	24.00	53.15	6.20	12.80	82
80	13.15	27.80	1: 03.20	4.80	10.30	11.90	24.10	53.20	6.15	12.70	80
75	13.20	27.90	1: 03.30	4.70	10.20	11.95	24.20	53.30	6.10	12.60	75
70	13.25	28.00	1: 03.40	4.60	10.10	12.00	24.30	53.40	6.00	12.50	70
65	13.30	28.10	1: 03.50	4.50	10.05	12.05	24.40	53.50	5.90	12.40	65
60	13.35	28.20	1: 03.60	4.40	10.00	12.10	24.50	53.60	5.80	12.30	60

田径项目考核成绩记录表与总分统计表（横版打印）

编号	姓名	性别	专项			综合评价	总分
			项目	成绩	得分		
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							

监考员签名	
-------	--

围棋项目二类自主招生考核方案

一、报名资格条件

- （一）获得业余五段及以上段位证书；
- （二）由一位知名高段位职业棋手签名的推荐信；
- （三）由两位知名高段位业余棋手签名的推荐信；
- （四）初中阶段获得教育、体育行政部门组织的市级比赛前三名或省级比赛前六名；
- （五）具备上述条件之一者即可。

二、现场报名资料

- （一）身份证、户口本、2 寸照片 2 张（验原件收复印件）；
- （二）获奖证书验原件收复印件；
- （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个人简历（纸质版）一份。

三、专项考核组织

- （一）考核时间：7 月 3 日（周日）上午 8:00 报到，8:30 考试
- （二）考核地点：深圳中学泥岗校区（泥岗西路 1068 号）
- （三）候考地点：深圳中学泥岗校区赋新楼 803 室
- （四）测试地点：深圳中学泥岗校区赋新楼 802 室

四、考核方式与成绩

（一）根据入围人数采取单循环或积分编排制进行比赛，不设男女组；

（二）如两人积分相同，则以两人之间的胜负进行排名；

（三）如三人积分相同，则进行三人循环快棋加赛；

（四）比赛计时：每轮比赛每方基本用时 20 分钟，每走一步加 10 秒，超时判负；

（五）加赛计时：每方基本用时 10 分钟，每走一步加 5 秒，超时判负；

（六）依比赛名次排序计分，第一名 100 分，依次递减 5 分；

（七）若报名入围人数较少，或考生棋力相差悬殊，则由评委根据比赛实际情况，并参照以往的比赛获奖情况，评定合适的入围人数。

五、未尽事宜由专项考核小组审定。