

2022 年厦门市教育局直属公办高中体育艺术类自主招生特长测试内容

一、艺术类:

项目	招生学校及人数	测试内容	备注	测试时间地点
1. 声乐	1. 厦门一中（思明校区）15 名 2. 厦门二中 10 名（限女生） 3. 厦门六中 5 名	总分 100 分，考试内容如下： （1）不带任何伴奏形式，现场背谱演唱一段自选歌曲（提倡科学用嗓，一般不提倡演唱通俗歌曲），长度不超过 2 分钟，考官可根据实际演唱情况叫停（80 分）； （2）音高模唱（10 分）、旋律模唱（10 分）。	一律不使用现场伴奏（即现场清唱相对完整的一段歌曲）。	5 月 14、15 日 双十中学枋湖校区
2. 舞蹈	1. 双十中学 12 名 2. 厦门六中 9 名（限女生） 3. 集美中学 6 名（限女生） 4. 同安一中 10 名（限女生）	总分 100 分，考试内容如下： （1）舞蹈形体基本功——测试软开度、力度、跳转翻等技巧（40 分）； （2）时长不超过 2 分钟的自选舞蹈剧目（限于古典舞、现代舞、民间舞、芭蕾舞）表演，考官可根据实际表演情况叫停（60 分）。	1. 考生舞蹈伴奏音乐自备，伴奏音乐一律使用 U 盘，请清除 U 盘内其他无关文件，仅保留伴奏音乐（MP3 或 WAV 格式），U 盘用信封装好，信封上标注考生姓名、曲目名称和曲目时长（精确到秒）。为防止 U 盘临时出错造成对考试的影响，考生请自带 CD 格式伴奏音乐刻录光盘备用，并在光盘上标注考生姓名、曲目名称和曲目时长（精确到秒）。	5 月 14、15 日 双十中学枋湖校区

			2. 女生统一穿连体体操服，男生穿训练服。舞蹈表演不穿演出服，统一穿体操服，女生头发一律盘起，不化妆（考生进入考场一律分发湿纸巾擦脸）。不准穿高跟鞋和踢踏舞鞋（带铁钉的鞋子）进入考场。	
3. 器乐	1. 厦门一中（思明校区）7名西洋管弦乐 2. 双十中学12名器乐（西洋管弦乐8名，民乐4名） 3. 集美中学5名西洋管乐	总分100分，考试内容如下： （1）现场演奏一段时长不超过2分钟的自选乐曲，不带伴奏，考官可根据实际演奏情况叫停（80分）； （2）音高模唱（10分）、旋律模唱（10分）。	测试时所需要的乐器和设备（除谱架外）自备，具体招生项目及名额安排见各学校招生简章。	5月14、15日 双十中学枋湖校区
4. 朗诵	厦门六中7名（男生3名，女生4名）	总分100分，考试内容如下： （1）须自备稿件，使用普通话朗诵（55分，表演时间：2分-2分30秒）； （2）根据考官给的命题，用普通话即兴评述或即兴主持（35分）； （3）自选才艺展示（10分，歌曲清唱或舞蹈表演二选一，表演时间1分钟）	朗诵不带伴奏音乐。 自选才艺展示的舞蹈表演配乐自备，拷在U盘里（U盘内清除其他无关文件）带至考试现场。	5月14、15日 双十中学枋湖校区

二、体育类（各体育项目考试备注附后）

项目	招生学校及人数	测试内容	测试时间地点
1. 田径 (限跑、跳类)	1. 厦门一中（思明校区）8名 (男生4名，女生4名，如男生未招满则招女生，女生未招满则招男生) 2. 双十中学5名 3. 集美中学10名 4. 同安一中8名	<p>(一) 基本素质与技能(20分):</p> <ol style="list-style-type: none"> 100米跑(8分) 立定跳远(8分) 田径专项技能(4分): 小步跑、高抬腿跑、后蹬跑、跨步跳, 每小项1分, 根据完成的动作质量进行评分。 <p>(二) 专项测试(80分): 从个人成绩证明的项目中自选一项参加测试(限跑、跳类)。把100米作为专项的考生, 得再次进行100米专项测试。</p> <p>说明:</p> <ol style="list-style-type: none"> 在测试中每组起跑时, 如第一次起跑出现抢跑犯规, 则立即召回本组所有考生重跑, 再次起跑时, 如任一考生抢跑, 则取消该考生本项目考试资格。测试的成绩以电子设备计时计取, 百分位非零进一精确到十分之一秒。 跳远、三级跳远、投掷每个考生有三次试跳(投)机会, 取最好一次成绩。 跨栏项目男生栏高0.914m, 栏间距8.9m, 起点至第一栏13.72m; 女生栏高0.762m, 间距8.5m, 起点至第一栏13m。 	5月14、15日 双十中学枋湖校区
2. 游泳	厦门一中（思明校区）10名	<p>(一) 100米测试(泳姿自选)(70分): 按不同泳姿评分标准测评。</p> <p>(二) 200米混合泳测试(30分)</p> <p>注: 两项测试项目均参照国际泳联评分标准进行测评。</p>	5月14、15日 双十中学枋湖校区
3. 男子 篮球	同安一中7名	<p>(一) 后卫</p> <ol style="list-style-type: none"> 身体素质及技术(80分) 	5月14、15日 双十中学枋湖校区

	<p>(1) 100 米 (10 分): 测试的成绩以电子设备计时计取, 百分位非零进一精确到十分之一秒。</p> <p>(2) 立定跳远 (10 分)</p> <p>(3) 90 秒投篮 (30 分): 详见“备注 3”说明 (1)。</p> <p>(4) 多向运球上篮 (30 分): 详见“备注 3”说明 (3)。</p> <p>2. 实战测试 (20 分): 针对考生在比赛中的技术动作规格 (5 分)、技术运用 (5 分)、战术配合意识 (10 分) 等方面进行评分。</p> <p>(二) 前锋</p> <p>1. 身体素质及技术 (80 分)</p> <p>(1) 100 米 (10 分): 测试的成绩以电子设备计时计取, 百分位非零进一精确到十分之一秒。</p> <p>(2) 身高 (10 分): 采用电子身高体重测量仪器测量。</p> <p>(3) 助跑摸高 (10 分): 应单脚起跳单手摸高。以 1cm 为单位, 不足 1cm 不计。记录触及的最高高度, 每人试跳两次, 取最高成绩。</p> <p>(4) 60 秒投篮 (25 分): 详见“备注 3”说明 (2)。</p> <p>(5) 左右手运球上篮 (25 分): 详见“备注 3”说明 (4)。</p> <p>2. 实战测试 (20 分): 针对考生在比赛中的技术动作规格 (5 分)、技术运用 (5 分)、战术配合意识 (10 分) 等方面进行评分。</p> <p>(三) 中锋</p> <p>1. 身体素质及技术 (80 分)</p> <p>(1) 身高 (20 分): 采用电子身高体重测量仪器测量。</p> <p>(2) 助跑摸高 (30 分): 应单脚起跳单手摸高。以 1cm 为单位, 不足 1cm 不计。记录触及的最高高度, 每人试跳两次, 取最高成绩。</p>	
--	---	--

		<p>(3) 60秒投篮(30分): 详见“备注3”说明(2)。</p> <p>2. 实战测试(20分): 针对考生在比赛中的技术动作规格(5分)、技术运用(5分)、战术配合意识(10分)等方面进行评分。</p>	
4. 女子 篮球	<p>1. 双十中学 5 名</p> <p>2. 同安一中 5 名</p>	<p>(一) 身体素质及技术(80分):</p> <p>1. 助跑摸高(20分): 应单脚起跳单手摸高。以1cm为单位, 不足1cm不计。记录触及的最高高度, 每人试跳两次(连续测试), 取最高成绩。</p> <p>2. 5.8米×6折返跑(罚球线至端线)(20分): 每人两次机会(小组循环测试), 取最好成绩。</p> <p>3. 60秒投篮(20分): 罚球线外自投自抢, 走步或踩线投中不算得分。每人两次机会(小组循环测试), 取最好成绩。</p> <p>4. 半场V字往返运球上篮(20分): 详见“备注4”说明</p> <p>(二) 半场或全场比赛: 根据学生技术运用, 战术意识, 比赛作风等方面进行评分(20分)</p>	<p>5月14、15日</p> <p>双十中学枋湖校区</p>
5. 男子 排球	<p>1. 厦门一中(思明校区) 4名 (其中二传1名, 若二传未招满, 则招其他位置)</p> <p>2. 翔安一中 6名</p>	<p>(一) 身体条件: 身高(10分)采用电子身高体重测量仪器测量。</p> <p>(二) 身体素质(35分)</p> <p>1. 助跑摸高(20分): 测试方法: 助跑后采用双脚起跳单手摸高, 记录触及的最高高度, 每人试跳三次, 取最高成绩, 以厘米为单位, 不足1厘米不计。</p> <p>2. “半米字”移动速度测试(15分): 详见“备注5”说明。</p> <p>(三) 排球专项(55分)</p> <p>1. 网前至三米线内两人连续传、垫球(10分): 两人连续传、垫球(传垫过程中可交替使用传球或垫球技术, 但传球、垫球数量须各5次以上), 根据传垫动作是否标准, 是否触网或出界, 以及移动等实际技术运用情况进行评分。按抽签顺序搭档, 出现单数时最后1人与前一位搭档。</p> <p>2. 上手发球(20分): 详见“备注6”说明。</p>	<p>5月14、15日</p> <p>双十中学枋湖校区</p>

		<p>3. 扣球（25分）：</p> <p>（1）成功率（20分）：详见“备注7”说明。</p> <p>（2）技评分（5分）：助跑、起跳、空中击球（扣球力量、手型）、落地动作规范协调连贯等。</p> <p>4. 二传不参加扣球考试，改为传球专项考试（25分）详见“备注8”说明。</p>	
6. 女子排球	翔安一中 6名	<p>（一）身体条件：身高（10分）采用电子身高体重测量仪器测量。</p> <p>（二）身体素质（30分）</p> <p>1. 助跑摸高（15分）：测试方法：助跑后采用双脚起跳单手摸高，记录触及的最高高度，每人试跳三次，取最高成绩，以厘米为单位，不足1厘米不计。</p> <p>2. “半米字”移动速度测试（15分）：详见“备注5”说明。</p> <p>（三）排球专项（60分）</p> <p>1. 网前至三米线内两人连续传、垫球（20分）：两人连续传、垫球（传垫过程中可交替使用传球或垫球技术，但传球、垫球数量须各5次以上），根据传垫动作是否标准，是否触网或出界，以及移动等实际技术运用情况进行评分。按抽签顺序搭档，出现单数时最后1人与前一位搭档。</p> <p>2. 上手发球（20分）：详见“备注6”说明。</p> <p>3. 扣球（20分）：</p> <p>（1）成功率（15分）；详见“备注7”说明。</p> <p>（2）技评分（5分）：助跑、起跳、空中击球（扣球力量、手型）、落地动作规范协调连贯等。</p>	5月14、15日 双十中学枋湖校区
7. 足球	1. 厦门二中男子足球4名（非守门员）	<p>测试对象——非守门员：</p> <p>（一）专项身体素质测试（30分）：</p>	5月14、15日 厦门二中五缘校区

<p>2. 科技中学（翔安校区）男子足球 8 名（6 名非守门员+2 名守门员，如守门员未招满，守门员名额不转至非守门员）</p> <p>3. 集美中学男子足球 8 名（6 名非守门员+2 名守门员，如守门员未招满则招非守门员）</p> <p>4. 同安一中男子足球 5 名（4 名非守门员+1 名守门员，如守门员未招满则招非守门员）</p> <p>5. 双十中学女子足球 10 名（9 名非守门员+1 名守门员，如守门员未招满则招非守门员）</p> <p>6. 厦门六中女子足球 4 名（3 名非守门员+1 名守门员，如守门员未招满则招非守门员）</p> <p>7. 集美中学女子足球 4 名（3 名非守门员+1 名守门员，如守</p>	<p>1. 30 米直线不同间距绕杆跑（15 分），详见“备注 9”说明。</p> <p>2. 5×25 米折返跑（15 分），详见“备注 10”说明。</p> <p>（二）基本技术测试（40 分）：</p> <p>男生：</p> <p>1. 25 米传准（20 分），详见“备注 11”说明。</p> <p>2. 20 米运球绕杆射门（20 分），详见“备注 12”说明。</p> <p>女生：</p> <p>1. 灵活性、协调性综合测试（20 分），详见“备注 13”说明。</p> <p>2. 带球转身射门（20 分），详见“备注 14”说明。</p> <p>（三）比赛能力测试（30 分）：</p> <p>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、比赛作风等方面进行评价。</p> <p>测试对象——守门员：</p> <p>（一）身体专项测试（30 分）：</p> <p>1、立定跳远（15 分）</p> <p>2、30 米直线不同间距绕杆跑（15 分）</p> <p>（二）守门员专项技术（40 分）：</p> <p>1、接球技术（10 分）</p> <p>2、扑球技术（10 分）</p> <p>3、手抛球抛准（10 分）</p> <p>男生距离 25 米，女生距离 20 米，单球用手抛到指定区域内。</p> <p>4、发球门球和踢凌空球（10 分）</p> <p>限定 20 米宽度范围内，超过范围成绩无效。</p>	
---	--	--

	门员未招满则招非守门员)	(三) 比赛能力测试 (30分): 进行 3V3 或 4V4 的小型比赛, 在比赛中对守门员比赛能力进行评定。针对学生技术运用, 战术意识, 比赛作风等方面进行评价分优秀、良好、及格、不及格四个等级。	
8. 男子 棒球	科技中学 (翔安校区) 5 名	(一) 专项素质 (50分) 1. 一垒跑 (10分) 测试方法: 在棒球场地上进行, 考生在右打区一脚踏本垒板, 听口令启动时开表计时, 跑过一垒停表, 漏踏一垒垒包成绩无效。每人测试一次。失误者, 可补测一次。 2. 全垒跑 (20分) 测试方法: 在棒球场地上进行, 考生在右打区一脚踏本垒板, 听口令启动时开表计时, 跑过本垒停表, 漏踏任一垒包成绩无效。每人测试一次。失误者, 可补测一次。 3. 掷远 (20分) 测试方法: 在长方形场地上进行, 场地宽 10 米为有效区, 助跑限制线为 3 米。每人试投三次。取最佳成绩。三次试投均失误者, 可补测一次。中途不得变更传球手。 (二) 专项技术 (50分) 1. 击立柱球 (20分) 测试方法: 立柱放置于本垒处, 考生选择一个打击区向场内击球, 中途不得变更打击区。测量击出球后球第一落点的距离。要求技术运用合理, 动作规范。每名考生击打 5 次, 取最远一次成绩, 击出界外球的, 当次成绩无效。 2. 内场防守 (30分)	5 月 14、15 日 双十中学枋湖校区

		测试方法：考生站于二三垒垒线后规定的防守位置，球过垒线后，考生立即接发球机打在本防守区域内的各种有效球，每人接 5 个并向一垒传平直球。一垒放置 2*2 米挡网并在网中央设有一定大小的方框，要求技术运用合理，动作连贯，传球准确。	
--	--	--	--

注：1. 《2022 年厦门市教育局直属公办高中体育艺术类自主招生特长测试内容》最终解释权归厦门市教育局所有。

2.各体育项目考试备注附后。

备注:

1. 各项目均按百分制计分。

2. 90-100 分为优秀、75-89 分为良好、60-74 分为及格、59 分及以下为不及格。

3. 男子篮球:

(1) 后卫投篮: 以篮圈中心投影点为中心, 6.25 米为半径画弧(原三分球线), 考生在弧线外进行 90 秒自投自抢, 投篮方式不限, 记投中次数。每人测两次, 记其中一次最佳成绩。投篮必须在弧线外, 不准踩线, 踩线投篮投中无效。向上起跳投篮时要有明显的腾空时间。

(2) 前锋、中锋投篮: 以篮圈中心投影点为中心, 5.5 米为半径画弧, 考生在弧线外进行 1 分钟自投自抢, 投篮方式不限(跳起投篮), 记投中次数。每人测两次, 记其中一次最佳成绩。要求: 投篮起跳时必须在弧线外, 不准踩线, 否则投中无效。向上起跳投篮时要有明显的腾空时间。

(3) 后卫多向运球上篮: 如图所示, 考生在球场端线中点外出发区持球站立, 当其身体任意部位穿过端线外沿的垂直面时开始计时。考生用右手运球至①处, 在①处做右手背后运球, 换左手向②处运球, 至②处做左手后转身运球, 换右手运球至③处, 在③处做右手胯下运球后右手上篮。球中篮后方可用左手运球返回③处, 在③处做左手背后运球, 换右手向②处运球, 在②处做右手后转身运球, 换左手向①处运球, 在①处做左手胯下运球后左手上篮。球中后做同样的动作再重复一次, 最后一次上篮命中后, 持球冲出端线, 考生身体任意部位穿过端线外沿垂直面时停止计时, 记录完成的时间。每人测试 2 次, 取最好成绩。

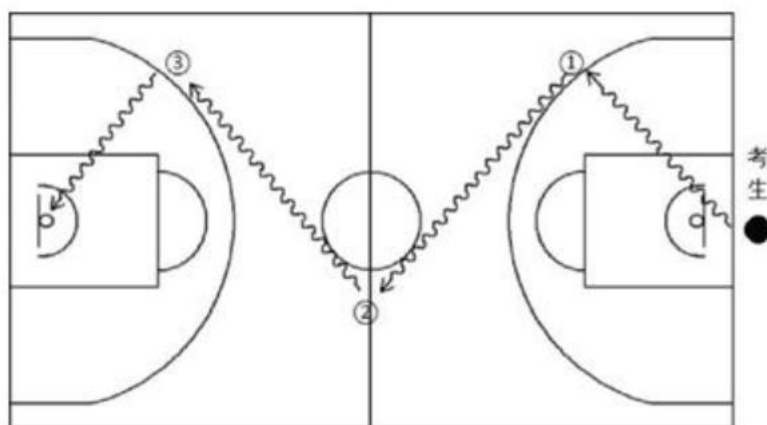


图 1 男子篮球“后卫多向运球上篮”图示

篮球场地上的标志①、②、③为以 40 厘米为半径的圆圈。①、③圆圈中心点到端线内沿的距离为 6 米, 到边线内沿的距离为 2 米。②在中线上, 到中圈中心点的距离为 2.8 米。

考生在考试时必须任意一脚踩到圆圈线或圆圈内地面, 方可运球变向, 否则视为无效, 不予计分; 运球上篮时必须投中, 若球未投中仍继续带球前进, 则视为无效, 不予计分。

考生在运球行进的过程中不得违例, 每次违例计时追加 1 秒; 必须使用规定的手上篮, 错 1 次,

计时追加 1 秒；胯下变向运球时，必须从体前由内侧向外侧变向运球换手，且双脚不能离开地面，错 1 次计时追加 1 秒。

(4) 前锋左右手行进间上篮：在篮球场右侧边线中点开始，面向球篮以右手运球上篮，同时开始计时，球中篮后，还以右手运至左侧边线中点，然后折转换左手运球上篮，投中篮后，还以左手运球回到原起点，同样再重复上述运球投篮，再回到原起点时停表。

4. 女子篮球“半场 V 字往返运球上篮测试”说明，如图 2。

方法：听信号考生从起点出发，用右手运球并上篮（球必须投到进为止），自抢篮板球后同样用右手运向折返点，绕过标志杆换成左手运球并上篮（球必须投到进为止），自抢篮板球后同样用左手运向终点，人与球均过终点计时停止。两次机会，取最优成绩，两次测试，均出现违规现象，成绩以零分计算。

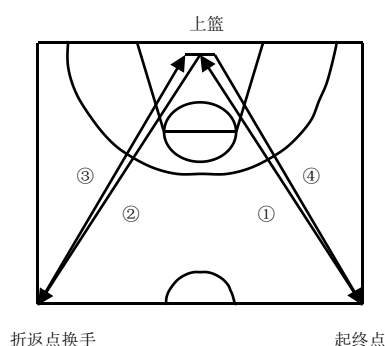


图 2 女子篮球“半场 V 字往返运球上篮测试”图示

5. 高中男、女排“半米字移动速度测试”说明，如图 3。

测试方法：

- ① 在排球场的三米线至端线设六个点(如图所示)，按序号每个点一个来回，以完成六个点的时间计取成绩，计录十分之一秒，百分位非零进一，每人两次测试机会，取最好一次成绩；
- ② 每个点摆放 1 个矿泉水瓶，用手将矿泉水瓶触倒；
- ③ 没触倒瓶子每个加 0.5 秒；
- ④ 没触碰瓶子每个加 1 秒。

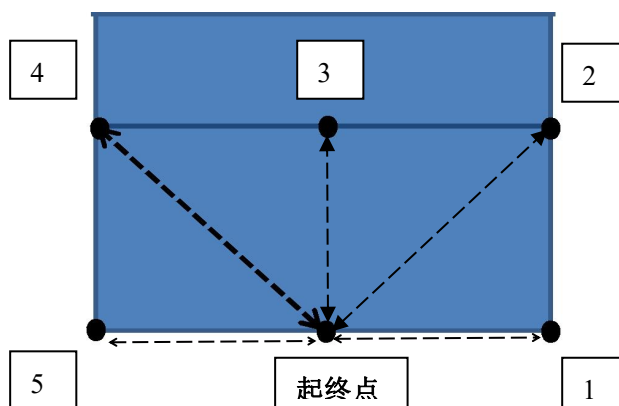


图 3 “半米字移动速度测试”示意图

6. 高中男、女排“上手发球测试”说明，如图4。

测试方法：共发十个球，直线、斜线各5个，每次成功2分，球落界内在非指定区域得1分，发球失误为0分。网高男2.43米、女2.24米。

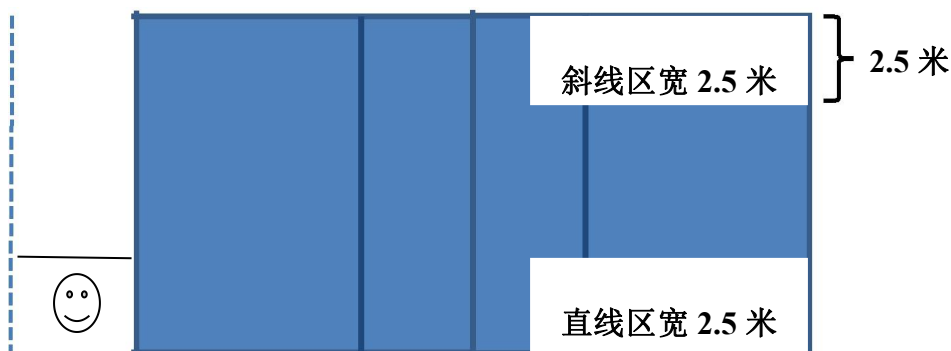


图4 上手发球测试示意图

7. 高中男、女排“扣球测试”说明，如图5。

测试方法：四号位自抛自扣直线、斜线各5个，直线每个成功，男生得2分，女生得1.5分，斜线每个成功，男生得2分，女生得1.5分，球落界内在非指定区域得1分，扣球失误为0分。网高男2.43米、女2.24米。

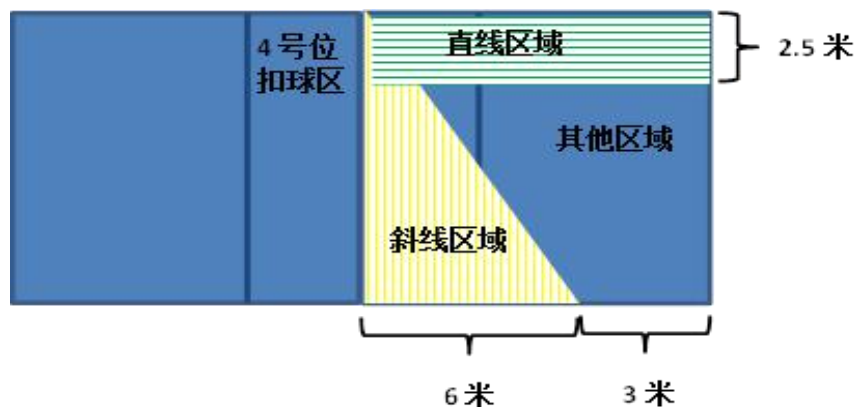


图5 扣球测试示意图

8. 高中男“传球测试”说明，如图6。

测试方法：3号位自抛自传，传4号位5个球，背传2号位5个球，传近体快5个球，传3号位半高5个球，最后在2号位自抛自传4号位5个球，总共传25个球，每球1分。其中每次传球的分数由0.6分到位分和0.4分技评分组成，传球过网、球碰网、传到本方3米线外均为0分。

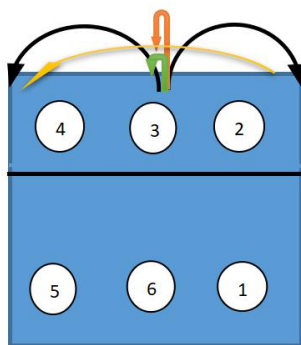


图6 传球测试示意图

9. 足球“30米直线不同间距绕杆跑”说明，如图7。

方法：考生采用站立式起跑从A点出发，单脚离地即开始计时，跑动时必须绕过每一根标志杆（高度1.5米以上），越过B终点计时停止。两次机会，取最优成绩。若出现未绕过标志杆或将标志杆碰倒，视为犯规，二次测试犯规成绩以零分计算。

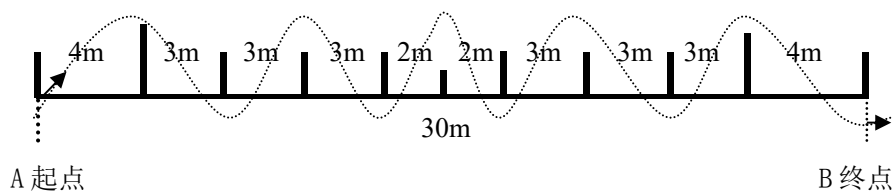


图7 “30米直线不同间距绕杆跑测试”图示

10. 足球“5×25米折返跑测试”说明，如图8。

方法：考生采用站立式起跑从A点出发，单脚离地即开始计时，推倒矿泉水瓶B即返回起点A，推倒起点A矿泉水瓶后返回跑向C点，推倒矿泉水瓶C，再返回起点A，直至依次推倒矿泉水瓶D、E、F后返回A起点，越过A起终点线，计时停止。测试一次，若出现未按顺序推倒矿泉水瓶或未推倒全部矿泉水瓶的情况，视为犯规，允许补测一次，再次犯规，成绩以零分计算。

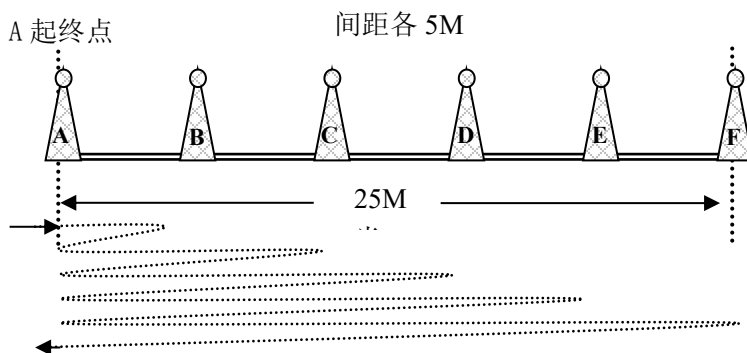


图8 “5X25米折返跑测试”图示

11. 足球“25米传准”说明，如图9。

每人传10球，左右脚不限。以第一落点记录成绩，圈内或压线得分，每次2分。

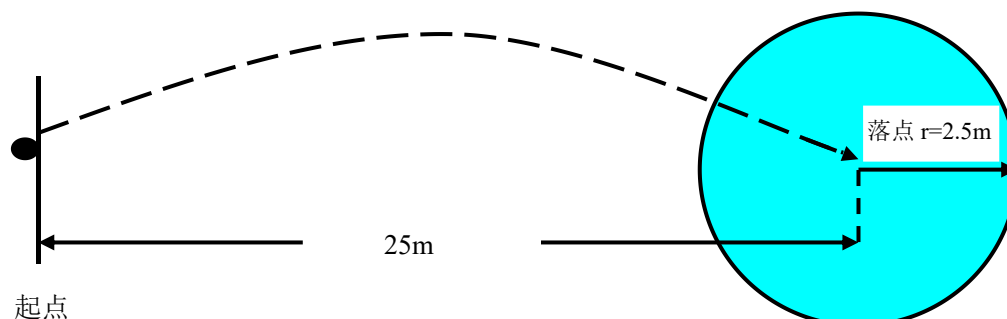


图9 足球“25米传准”图示

12. 足球“20米运球绕杆射门测试”说明，如图10。

方法：罚球区线至起点线距离为20米，起点（起点线长度4米）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。考生从起点运球，脚触球即开始计时。逐个绕过标志杆后须在罚球区外（限制线）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。运球漏杆、碰倒标志杆或未射进球门，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。

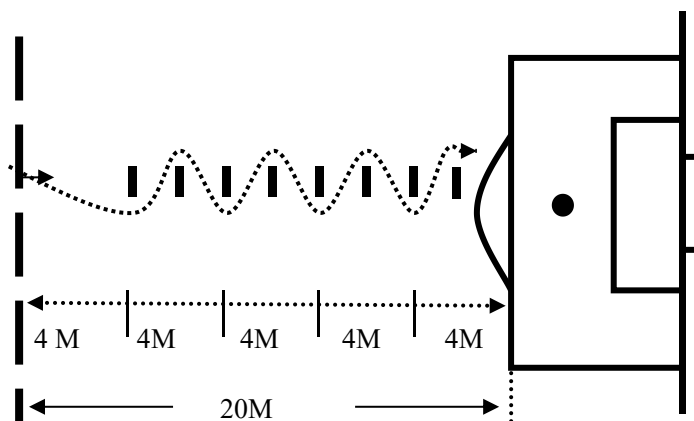


图10 足球“20米运球绕杆射门测试”图示

13. 足球“灵活性、协调性综合测试”说明，如图11。

方法：考生听信号从A点出发，快速跑至B点推倒B点的标志桶后，快速返回A点，经A点标志外围，快速跑至D点推倒D点标志桶后，快速返回A点，在区域外向ABCD区域内前滚翻（或单肩前滚翻）后快速冲过C终点，计时停止。两次机会，取最优成绩。测试中如没有推倒所规定的B、D点的标志桶；没有经A点外围跑动、跑动过程中身体任何部位触线，没有在区域外向ABCD区域内前滚翻，没完成滚翻动作，视为犯规。二次测试犯规成绩以零分计算。

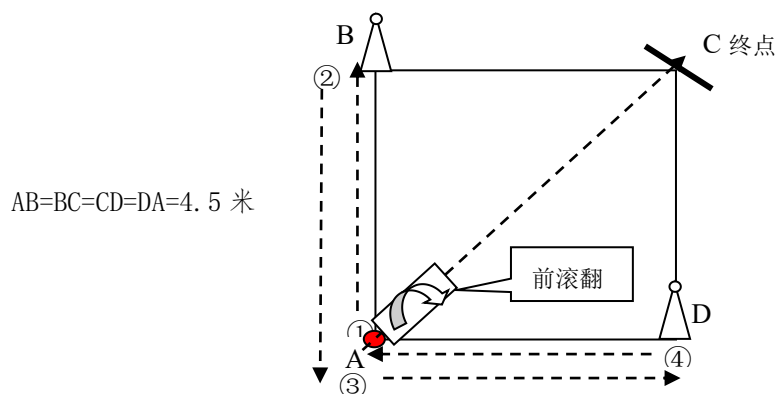


图 11 “灵活性、协调性综合测试” 图示

14. 足球 “带球转身射门测试” 说明，如图 12。

方法：

第一次测试：考生从 AB 线出发，向 CD 线运球，脚触球即开始计时。球越过 CD 线后，将球运回 AB 线，之后再返回 CD 线，最后将球运过 AB 线，将球踩停，计时停止。考生需完成三个不同的转身动作（如内侧扣、外侧扣，拉球转身），左右脚不限。

第二次测试：从 AB 线出发，向 CD 线运球，脚触球即开始计时。球越过 CD 线后，将球运回 AB 线，之后再运回 CD 线，过 CD 线后返回，最后在 ABCD 区域内完成射门。球越过球门线计时停止。射进球门 F 区内（含击中外侧门柱）得 2 分，射进球门 E 区内（含 E 区门柱）得 1 分，射出球门不得分。“第一次测试”和“第二次测试”，两次成绩相加为一组成绩，射门分数另计入总分。

注：每人测试两组，取最好的一组成绩。如两组测试均犯规或失败，则该项测试成绩以零分计算。

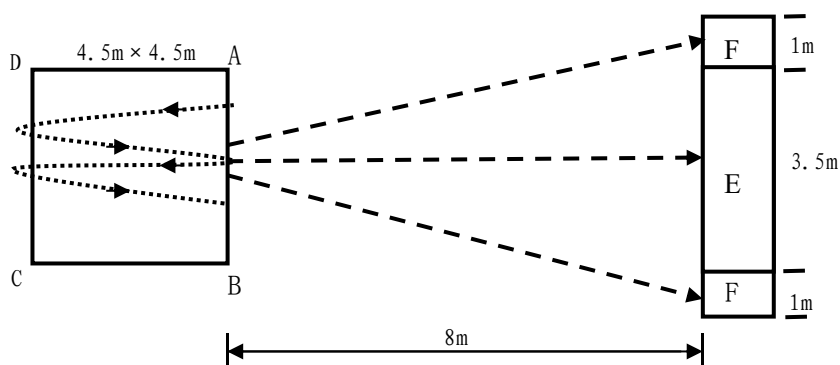


图 12 “带球转身射门测试” 图示