**湖南电气职业技术学院**

**2020年单独招生体育特长生组考方案**

**一、指导思想**

为了全面实施素质教育，推动学校体育教育发展，提高我校运动竞技水平，根据湖南省招生工作相关规定，结合我校实际情况，特制定单独招生体育特长生组考方案。

**二、招生原则**

坚持公开、公平、公正的原则；坚持学生自愿的原则；坚持择优录取的原则。

**三、招生计划与范围**

1、招生计划：体育特长生15名。

2、招生范围：篮球、田径、乒乓球、羽毛球、武术、跆拳道。

**四、招生对象**

获得国家二级运动员（含）以上证书或高中阶段在省级（含）以上比赛中获得个人或集体项目（主力队员）前六名，或市级个人或集体项目（主力队员）前三名者，并持有获奖证书和秩序册， 并且符合湖南省2020年高考（含对口招生考试）报名条件并已参加高考报名的人员。

**五、招生办法**

与正常参加单独招生考试的考生同样进行网上报名，按照我校招生工作方案进行资格审查，并进行专业测试。考生最终按文化考试成绩+专项测试成绩的总成绩从高分到低分录取，若出现总成绩相同，则按照专业测试成绩从高到低排名录取。

**六、考试时间和地点**

1、考试时间：以我校招生工作方案为准

2、考试地点：湖南电气职业技术学院田径场

**七、考试内容和标准**

**（一）田径考核标准：**

男生：

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目标准 | 100～90（分） | 89～80（分） | 79～70（分） | 69～60（分） | 59以下（分） |
| 100米 | 11〞～11〞29 | 11〞30～11〞40 | 11〞41～11〞69 | 11〞70～11〞99 | 12〞以上 |
| 400米 | 50〞～52〞99 | 53〞～ 54〞49 | 54〞50～ 55〞99 | 56〞～ 57〞99 | 58〞以上 |
| 800米 | 2ˊ03〞～ 2ˊ07〞 | 2ˊ0〞8～ 2ˊ12〞 | 2ˊ13〞～ 2ˊ15〞 | 2ˊ16〞～ 2ˊ19〞 | 2ˊ20〞 以上 |
| 5000米 | 17ˊ～ 17ˊ59〞 | 18ˊ～ 18ˊ59〞 | 19ˊ～ 19ˊ59〞 | 20ˊ～ 20ˊ59〞 | 21ˊ以上 |
| 跳远 | 6.6m～ 6.41m | 6.4m～ 6.21m | 6.2m～ 6.01m | 6.0m～ 5.91m | 5.9m以下 |
| 三级 跳远 | 13.8m～ 13.51m | 13.5m～ 13.00m | 12.9m～ 12.51m | 12.5m～ 12.01m | 12m以下 |
| 跳高 | 2m～ 1.81m | 1.8m～ 1.71m | 1.7m～ 1.61m | 1.6m～ 1.51m | 1.5m以下 |
| 铅球 | 13m～ 12.1m | 12m～ 11.5m | 11.4m～ 11.1m | 11m～ 10.5m | 10.4m 以下 |
| 铁饼 | 40m～36m | 35m～32m | 31m～30.5m | 30m～29.5m | 29m以下 |
| 标枪 | 50m～45m | 44m～41m | 40m～38m | 38m～36m | 35m以下 |

女生：

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目标准 | 100～90（分） | 89～80（分） | 79～70（分） | 69～60（分） | 59以下（分） |
| 100米 | 13〞～ 13〞29 | 13〞30～ 14〞 | 14〞01～ 14〞29 | 14〞30 ～15〞 | 15〞01 以上 |
| 400米 | 1ˊ03～ 1ˊ07〞 | 1ˊ08～ 1ˊ10〞 | 1ˊ11～ 1ˊ13〞 | 1ˊ14～ 1ˊ15〞 | 1ˊ15〞 以上 |
| 800米 | 2ˊ35〞～ 2ˊ45〞 | 2ˊ46〞～ 2ˊ50〞 | 2ˊ51〞～ 3ˊ10〞 | 3ˊ11〞～ 3ˊ14〞 | 3ˊ15〞 以上 |
| 3000米 | 12ˊ30〞～ 13ˊ30〞 | 13ˊ31〞～ 14ˊ | 14ˊ01〞～ 14ˊ49〞 | 14ˊ50〞～ 15ˊ29〞 | 15ˊ30〞 以上 |
| 跳远 | 5m～ 4.81m | 4.80m～ 4.51m | 4.50m～4.31m | 4.30m～ 4.01m | 4m以下 |
| 三级跳远 | 11m～ 10.51m | 10.50m～ 10.21m | 10.20m～ 10.01m | 10m～ 9.81m | 9.8m 以下 |
| 跳高 | 1.5m～ 1.36m | 1.35m～ 1.3m | 1.29m～ 1.25m | 1.24m～ 1.20m | 1.2m 以下 |
| 铅球 | 10.5m～ 10.1m | 10m～ 9.5m | 9.4m～ 9.1m | 9m～ 8.5m | 8.4m 以下 |
| 铁饼 | 30m～26m | 25m～22m | 21m～19m | 18.5m～18.1m | 18m以下 |
| 标枪 | 30m～26m | 25m～22m | 21m～19m | 18.5m～18.1m | 18m以下 |

**（二）篮球考核标准：**

1、测试内容

助跑单脚起跳摸高、90秒自抢篮板投篮、往返运球上篮、实战能力。

2、考核标准

（1）助跑单脚起跳摸高20分

测试方法：行进间单脚起跳、手臂触及篮圆外沿，测量摸高成绩，每人跳2次，取得最好成绩。3.35米满分，每低5CM递减3分。

（2）90秒自抢篮板投篮20分

测试方法：外线队员在三分线外投篮，自投自抢要求投篮次数达10次以上，内线队员在限制区外投篮要求出手次数达14次以上，不能刻意只投擦板球（达不到投篮次数不计成绩）计算投中次数，每人测试两次，取最好成绩。

评分标准

外线：

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 测试成绩 | 7中 | 6中 | 5中 | 4中 | 3中 | 2中 | 1中 |
| 评分标准 | 20分 | 16分 | 12分 | 8分 | 4分 | 2分 | 1分 |

内线：

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 测试成绩 | 11中 | 10中 | 9中 | 8中 | 7中 | 6中 | 5中 | 4中 | 3中 |
| 评分标准 | 20分 | 16分 | 14分 | 12分 | 10分 | 8分 | 6分 | 4分 | 2分 |

（3）全场快速运球上篮（秒）20分

测试方法：持球从球场端线外听信号（开始计时）运球至对面篮下行进间上篮、抢到篮板球后，用运球返回至篮下，行进间上篮，球进篮圈停表，往返二次上篮都中才算成绩，每人二次，取得最好成绩。11秒以内满分，每增加0.1秒减1分。

（4）实战能力40分

测试方法：分队教学比赛 “五对五”双方采用人盯人防守。

评分标准：根据比赛表现给予适当分数。

**（三）乒乓球考核标准**

1、测试内容

发球、左推右攻、实战能力。

2、考核标准

（1）发球，满分20分：

有效命中1球得2分，有效命中10球为满分。

（2）左推右攻，满分30分：

男生每组2分，15组为满分。

女生每组2.5分，12组为满分。

注：每人两次机会，取最高分。

（3）实战能力50分：

根据比赛表现给予适当分数。

**（四）羽毛球考核标准**

1、测试内容

发球、击高远球、搓球、实战能力。

2、考核标准

（1）发球20分：

正手发后场高远球

技评：以握拍、发力、击球的高度、弧度、落点的稳定性以及规则要求评定。球落在对方场地的端线和双打的后罚球线之间，发10个球，每成功一个计2分。

（2）击高远球20分：

技评：以握拍、脚步动作、发力、拍面、击球点、球的高度、弧度、落点及规则要求评定。球落在对方场地的端线和双打的后罚球线之间，每球2分，10个球，共20分。

（3）搓球20分：

技评：以握拍、脚步动作、发力、拍面、击球点、球的高度、弧度、落点及规则要求评定。测试者站在中线的位置，上网搓正反球，球落在对方场地网前的20——30CM之间，每球2分，10个球，共20分。

（4）实战能力40分：

根据比赛表现给予适当分数。

**（五）武术考核标准**

1、测试内容

身体素质、基本功、套路。

2、考核标准

（1）身体素质20分：

a、柔韧性：横叉、竖叉、下腰、过肩。每项2.5分，满分10分。

b、立定跳远：2.40米起评，每增加5CM加2分，满分10分。

（2）基本功20分：

a、直摆腿法：正踢、侧踢、里合、外摆共5分。

b、屈伸腿法：弹腿、蹬腿共5分。

c、跳跃、旋转腿法：前扫、后扫、飞脚、旋风脚共10分。

（3）套路60分：

拳法、器械均可，根据完成情况给予适当分数。

**（六）跆拳道考核标准**

1、测试内容

专项技术、实战能力。

2、考核标准

（1）专项技术40分：

a、双飞：考生在 20 秒规定时间内使用双飞踢技术连续击打大沙包，满分20分。

b、左右高位横踢：考生在 20 秒规定时间内使用高横踢技术连续击打脚靶（左右腿交替进行），满分20分。

（2）实战能力60分：

体重分级按照中国跆拳道协会审定的竞赛规则执行，在同一体重级别内，考生随机配对进行实战，共一局，实战时间为 1 ～ 2 分钟。