# 班级初中毕业学业体育考试实施方案2025年大全

来源：网络 作者：紫芸轻舞 更新时间：2025-07-03

*第一篇：班级初中毕业学业体育考试实施方案2024年大全班级初中毕业学业体育考试实施方案2024年一、指导思想贯彻党的民族教育方针，深入贯彻《学校体育工作条例》，全面实施《国家学生体质健康标准》，进一步加强青少年学生体育、增强青少年学生体质...*

**第一篇：班级初中毕业学业体育考试实施方案2025年大全**

班级初中毕业学业体育考试实施方案2025年

一、指导思想

贯彻党的民族教育方针，深入贯彻《学校体育工作条例》，全面实施《国家学生体质健康标准》，进一步加强青少年学生体育、增强青少年学生体质，不断提高体育教学和体育活动质量，引导青少年学生养成积极、科学锻炼身体的习惯，培养青少年学生良好的体育精神和意志品质。

二、体育考试对象

20xx年xx中x班初中毕业生。

三、考试时间、方法、项目及分值

（一）考试时间

体育考试定于x年5月9日（周日）上午9:00开始，每个考生考试在半天内完成（如遇中到大雨天气，另行通知）。

（二）考试地点

考试地点设在xx中田径运动场。

（三）考试项目及分值

根据教育部《关于做好内地x班初中毕业生升学体育考试工作的通知》要求，考试设必考和选考项目。必考项目两项：男生1000米跑、女生800米跑，男女立定跳远，每项满分10分，共20分。选考项目：男生引体向上或原地推铅球人选一项，女生1分钟仰卧起坐或原地推铅球任选一项，分值10分。总分30分。

四、组织领导

为保证xx中x班初中毕业升学体育考试工作顺利实施，成立领导小组。组长:xxx；成员:xx xx xx xx。领导小组下设3个办事机构，具体负责实施、监督和保障体育考试工作。

（一）体育考务组，组长：xxx；副组长：xxx；成员：xx xx xx xx xx xx。

（二）纪检监察组，组长：xxx；副组长：xxx；成员：xx xx xx xx xx xx。

（三）后勤保障组，组长：组长：xxx；副组长：xxx；成员：xx xx xx xx xx xx。

五、考试程序及任务分解

根据学生选考项目及男女生人数（男生32，女生45），考试分成7组，即男生3组，女生4组。

（一）xx xx xx等3人负责男生组：立定跳远、引体向上、原地推铅球、1000米跑。

（二）xx xx xx等3人负责女生组：立定跳远、仰卧起坐、原地推铅球、800米跑。

六、有关要求

（一）5月8日下午在xx中召开x班初中升学体育考试工作会和培训会。

（二）所有考务人员要认真学习有关文件，公平公正完成任务。

（三）纪检监察组对考试过程要进行监督。考场实施封闭管理，除当席考生、主考、纪检监察人员外，其他人员不得入内。要严肃考风考纪，坚决杜绝作弊事件的发生。考生对考试结果有异议的，应在成绩公布后向体育考务组反映，由纪检监察人员予以复核。

（四）后勤保障组要把安全工作放在突出位置，落实考前体检制度，重视考生的心肺功能检查，严格把关，消除隐患。考点要设医疗救护点。加强对考试场地、器材的保障和安全检查，落实安全保卫措施，防范意外伤害事故的发生，并制定好紧急事故处理预案。考试前分别将男、女生按学号编排花名册，送交体育考务组。

（五）学校要抽调专人参与和协助考试工作，重视做好对考生的考前指导工作，科学有效地安排好考前练习和训练，指导考生合理选择考试项目，发挥应有水平，争取考出好成绩。

（六）5月14日前将xx中x班初中升学体育考试成绩花名册（包括姓名，性别，毕业学校代码，考试项目单项成绩、总成绩）并制成光盘一并报省教育厅基教处、x教育厅外事处。

**第二篇：合肥市2025年初中毕业学业体育考试规则和评分标准**

2025年合肥市市区初中体育考试规则和评分标准

（一）考试规则 1、800 米、1000 米：在塑胶田径跑道上进行，10－15 人一组，站立式起跑（听鸣哨），每人限跑一次，如跌跤或其他因素而未跑到终点的以实际成绩计分。

2、坐位体前屈：受试者两腿伸直，两脚平蹬测试纵板坐在平地上，两脚分开约10～15 厘米，上体前屈，两臂伸直前，用两手中指尖逐渐向前推动游标，直到不能前推为止。受试者应匀速向前推动游标，不得突然发力，两腿不能弯曲。测试计的脚蹬纵板内沿平面为0 点，向内为负值，向前为正值。记录以厘米为单位，保留一位小数。连续测试两次，取最好成绩。

3、立定跳远：在沙坑或土质松软的平地上进行，受试者两 脚自然分开站立，两脚原地同时起跳，不得有垫步或连跳动作。丈量起跳线后缘至最近着地点后垂直距离。每名考生连续跳两次，以最远一次计分。如两次均犯规，补跳一次作为最终成绩。

4、掷实心球：测试时受试者站在起掷线后，两脚前后或左 右开立，身体面对投掷方向，双手举球至头上方稍后仰，原地用力把球投向前方掷出。如两脚前后开立投掷，当球出手的同时后脚可向前迈出一步，但不得踩线。丈量起掷线后缘至球着地点后缘之间的垂直距离。每名考生连续掷两次，以最远一次计分。如两次均犯规，补投一次作为最终成绩。

5、跳绳：受试者将绳的长短调至适宜长度，听到开始信号 后开始跳绳，动作规格为正摇双脚跳绳，每跳跃一次且摇绳一回环（一周圈），计为一次。听到结束信号后停止，测试员报数并记录受试者在1 分钟内的跳绳次数。每人测试一次。测试单位为次。

6、篮球运球：受试者在起点线后持球站立，听到出发口令 后，按图中所示箭头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。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。测试过程中出现以下现象均属犯规行为，并取消当次成绩：出发时抢跑、运球过程中双手同时触球、膝盖以下部位触球、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、通过终点时人球分离等。每名受试者测两次，记录其中成绩最好一次。两次犯规无成绩者可再测，直至取得成绩。以秒为单位记录测试成绩，精确到小数点后1 位，小数点后第2位数按非零进1 原则进位。

7、足球运球：受试者站在起点线后准备，听到出发口令后 开始向前运球依次过杆，不得碰杆。受试者和球均越过终点线即为结束。发令员发令后开始计时，受试者与球均返回终点线时停表。测试过程中出现以下现象均属犯规行为，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。每名受试者测两次，记录其中成绩最好一次。两次犯规无成绩者可再测，直至取得成绩。以秒为单位记录测试成绩，精确到小数点后1 位，小数点后第2 位数按非零进1 原则进位。

（二）评分标准：

2025 年合肥市市区初中毕业学业体育考试评分标准

**第三篇：初中体育考试工作实施方案**

长春市双阳区初中体育考试工作实施方案

为保证中考体育工作顺利进行，根据《长春市教育局关于组织实施长春市2025年初中毕业升学体育学科考试的通知》（长教体字〔2025〕2号）要求，结合工作实际，制定本方案。

一、体育考试的结构和内容

体育考试总分为50分，由过程性考核和体育现场考试两部分组成。其中，过程性考核30分；体育现场考试20分。过程性考核包括学习态度、学业水平、体质健康三部分，在初一、初二学段进行；体育现场考试在长春市初中毕业考试前一个月进行。分值分配如下：

类别

时间

过程性考核

体育现场考试

合计

学业水平

体质健康

初一

初二

初三

小计

（一）过程性考核的内容与项目

1.学习态度

按照体育与健康课、每天一小时体育锻炼的出勤率和学习态度及合作精神等表现，由任课体育教师负责评定。学校必须按照 课程设置要求开齐上足体育与健康课。分值分配如下：

序号

项目

学年分值

评分标准

体育与健康课出勤、学习态度及合作精神。

4分

出勤好，纪律好，课堂学、练主动，有合作、团队精神。

参加课外体育活动情况（每天一小时体育锻炼情况）。

4分

出勤好、积极主动，爱好广泛，运动能力强。获得校级以上运动会或竞赛活动荣誉得满分。

因故不能参加体育与健康课的学生，家长须以书面形式递交请假申请，须经班主任签字同意；病假须持医院诊断证明，并经班主任签字同意；未履行规定手续者，按缺勤记录。因参加教育行政部门主办或批准的各项活动而缺勤者，按正常出勤记录。

2.学业水平

学业水平考核运动类别包括：田径类、体操类、民族传统体育类、球类、冰雪类等。

学业水平考核每学期不得少于2个项目，两个学年的考核项目当中，至少有4个项目分别属于不同运动类别（冰雪类运动项目的考核，学校可依据所开设的冰雪类教学、冰雪替代项目教学、学生参加冰雪类体验活动等情况予以赋分）。由学校确定每个学期的考核项目，体育任课教师依照教材及《长春市初中体育与健康课程实施手册》对学生进行测试，以百分计分；两个学期的测试成绩平均分×6%为每学年最终成绩。

每学期学业水平考核不达标的考生允许补考一次。

3.体质健康

按照《国家学生体质健康标准(2025 年修订)》测试成绩进行评定。测试由学校组织或委托第三方实施。学年评定等级(含附加分)为及格以上者，即可获得1分，不及格者计 0.6 分。

4.计分办法

过程性考核计分采用等级制评分办法。学生每个学年的学习态度、学业水平、体质健康三部分考核成绩之和，按照达标(9分以上含9分)为15分，不达标（9分以下）为9分计入学年总分。

5.过程性考核时间及上报

过程性考核按照区管校评的原则，由区教育局统筹，各初中学校参照《长春市初中体育与健康课程实施手册》负责组织实施。学校要制定过程性考核工作方案，报经区教育局备案和审批（4月20日前上报教育局），并在校内公示。过程性考核须每学期向学生公示所考核项目的成绩并告知给家长，由体育教师、考生本人和家长签字确认后，报给学校汇总成绩信息。学校将过程性考核最终成绩汇总后，要在校内公示，经学生和家长确认，以学校为单位报至区体育考试领导小组确认，并报到区招生办，区招生办汇总各初中学校体育考试过程性考核成绩，在初三中考报名结束后两周内报长春市招生办。

（二）体育现场考试的内容与项目安排

1.考试时间

2025年5月10日—12日（如有变化，另行通知）

2.考试项目

男生

①1000米跑，必考项目。

②考生从一分钟跳绳、足球运球绕标志物两个项目中，选择自己擅长的一项作为考试项目。

③考生从立定跳远、前掷实心球、坐位体前屈三个项目中，选择自己擅长的一项作为考试项目。

女生

①800米跑，必考项目。

②考生从一分钟跳绳、足球运球绕标志物两个项目中，选择自己擅长的一项作为考试项目。

③考生从立定跳远、前掷实心球、坐位体前屈三个项目中，选择自己擅长的一项作为考试项目。

3.考试规则及办法（见附件2）

4.考试成绩标准（见附件3）

5.考试安排

体育现场考试由市教育局统筹，区教育局具体负责组织实施。要制定体育现场考试工作方案、安全预案，报长春市教育局和市招生办备案。考生参加每个项目的测试结果均会在电子屏上显示，所有测试项目完成以后，考生在最终测试成绩单上确认、签字；成绩数据要实时保存，在规定时间内以U盘密封形式报送长春市招生办。

二、特殊考生的考试及成绩评定

（一）免试

1.身体残疾致丧失运动能力的考生，按规定要求提交《长春市中考体育现场考试免考（缓考）申请表》（见附件4，此表现场提交），学校审核公示后报送区体育考试工作领导小组审批，获准后方可免考。因残免考学生体育考试成绩，按满分50分计入总分。

2.因特异体质、重大疾病或伤病不适宜参加过程性考核的考生，按规定要求提交《长春市中考体育现场考试免考（缓考）申请表》（见附件4，此表现场提交），并经学校过程性考核领导小组同意，公示无异议后，报区体育考试工作领导小组审批，过程性考核成绩按 60%（18 分）计分。

3.因伤病不能参加体育现场考试的考生，按规定要求提交《长春市中考体育现场考试免考（缓考）申请表》（见附件4，此表现场提交），出具县（区）级（含此级别）以上医院诊断书原件，学校公示后经区体育考试工作领导小组审批，按免考处理。其体育现场考试成绩按照总分20分的60%（12 分）记分。未经批准、无故未参加体育现场考试的考生，成绩以0分计算。

（二）缓考

1.在现场考试过程中，因出现临时伤病不能全部完成体育现场考试且短期内不能好转（不能参加缓考）的考生，经区体育考试工作领导小组审批，其现场考试成绩已考科目达到12分（含12分）以上按实际成绩记分，未到达12分按12分计分。考生应在出现伤病之日起两日内出具县（市）区级（含县（市）市级）以上医院证明，并报到属地教育行政部门备案。

2.考生因临时伤、病（含女生生理期），不能按时参加体育现场考试的，应由考生本人和家长提交《长春市中考体育现场考试免考（缓考）申请表》（见附件4，此表现场提交），学校批准后填报《长春市中考体育现场考试免考（缓考）统计表》（见附件5，此表现场提交），报区体育考试工作领导小组备案，方可缓考，考生只允许一次缓考，考生未在规定时间内参加缓考的，按缺考处理。

（三）其他

1.外地就读回双阳报考的学生。只参加区教育局组织的体育现场考试，依据实测成绩计算；过程性考核成绩依据原就读学校提供的过程性考核成绩核算；原就读学校所在城市没有实施体育中考的，依据体育现场考试成绩核算：现场考试成绩及格以上（≥12 分）的，视为过程性考核达标，成绩为 30 分；现场考试成绩不及格（﹤12分）的，视为过程性考核不达标，成绩为18分。

2.初一、初二由外地转入的学生。转入后须参加过程性考核、现场考试。转入前的过程性考核成绩依据原就读学校提供的过程性考核成绩核算；原就读学校所在城市没有实施体育中考的，依据转入后过程性考核成绩进行折算，其中，体质健康成绩依据考生实际测试成绩核算。

3.复读生只参加现场考试，满分100分，计入中考成绩=九年级考试成绩×50%，保留小数点后一位。

三、组织实施

（一）加强组织领导

成立双阳区体育考试工作领导小组，组长由区教育局一把手担任，副组长由区教育局副职担任，成员由体卫艺科、基础教育科、安全科、招生办、装备办等部门人员组成，具体负责体育考试的组织管理。领导小组名单见附件1。

（二）科学组织实施

体育现场考试须使用仪器设备进行，科学设置全封闭考场，工作人员配置及考场设施、条件应符合各项体育测试要求，确保体育现场考试公开、透明、科学、准确，有效排除外界干扰和内部操作因素。过程性考核原则上学校应组织3 名以上（含3名）体育教师参与评分。

（三）完善应急预案

制定体育现场考试疫情应急预案，落实考生家长告知制度和学生特异体质（重大病情）申报制度，做好模拟考试工作；在测试前做好考生身体状况问询，考生认真做好准备运动；在考点内配置救护处置人员，做好考场的安全保卫、隐患排查工作，防止伤害事故和其他意外事件的发生。体育现场考试过程中除考务人员、带队教师及考生外，任何人员不得进入考场。要落实学校主体责任，加强考生往返交通和饮食卫生安全教育工作。

（四）建立监督机制

体育考试期间，市教育局将组织工作人员到考点进行巡视检查，监督检查考试过程。区教育局设立体育现场考试咨询和监督电话（0431-84222074），及时准确地解答考生和家长提出的问题，正确引导考生参加体育现场考试。所有体育测试项目都进行现场录像，录像资料保存到招生录取工作全部结束为止。

（五）体育考试成绩的复核与仲裁

考生对过程性考核成绩有异议的，应在学校公示之日起7天内，向学校提出书面申请，由学校予以复核。考生对体育现场考试成绩有异议的，本人应在测试现场向测试裁判或工作人员提出，由区体育考试工作领导小组予以复核，逾时不再受理。

（六）强化责任追究

增强体育考试透明度，严肃考风考纪，在考试过程中有违反工作纪律、招生考试有关规定的单位和个人，严肃追究相关人员责任，根据其违规违纪情节轻重，分别给予党纪政纪处分和其他组织处理；对涉及考试违规违纪、替考作弊的考生，一律按照教育考试有关规定取消其考试资格和成绩，情节严重的取消其当年录取（入学）省级示范性重点高中学校资格，并记入考生诚信档案。

附件：1.双阳区体育考试工作领导小组

2.长春市2025年中考体育现场考试规则及办法要求

3.长春市中考体育现场考试成绩标准

4.长春市中考体育现场考试免考（缓考）申请表

5.长春市中考体育现场考试免考（缓考）统计表

长春市双阳区教育局

2025年4月18日

附件1：

双阳区体育考试工作领导小组

组 长 王金瑞 区教育局党组书记、局长

副组长 王晓娟 区教育局副局长

尹志成 区教育局副局长

王忠波 区教育局副局长

刘 哲 专职督学（党组成员）

组 员 孟祥奎 区教育局基础教育科负责人

曲砚刚 区教育局安全科负责人

王立军 区教育局纪检监察科负责人

张宏广 区教育局信访办公室负责人

吴大力 区教育局体卫艺科负责人

李选楠 区招生办公室主任

张子英 区教育装备办公室主任

周 栗 区进修学校校长

各初中学校校长

附件2：

长春市2025年中考体育现场考试规则及办法要求

本次体育考试器材均由考点提供，严禁考生使用自备器材参加考试。

一、1分钟跳绳

（一）考试规则及方法要求

1.考生每15人一组，由引导员带领考生到考试场地，考生双手持跳绳手柄（右手持计数手柄）站立预备。

2.考生将绳的长短调至适宜长度，试跳结束后，重启电源清零计数器。听到本组考务员口哨吹响后开始跳绳，动作规则为正摇双脚跳绳，每跳跃一次且摇绳一回环（即绕身体一周圈）计为一次。再次听到本组考务员口哨吹响后考试结束，电子仪器自动计下考生在1分钟内完成跳绳次数并记录储存成绩。

3.摇绳动作必须是正摇，反摇绳子不计成绩。

（二）场地器材规格及设置要求

跳绳规格与材质根据国家标准定制，手柄采用ABS工程塑料制作，智能电子设备自动计时计数，跳绳场地要求在平坦的地面场地。

（三）注意事项

1.当试跳结束且将计数器清零后，必须保持静立姿态。各跳绳手柄独立计时，故考生不用担心跳绳启动时间比他人慢。

2.考试过程中跳绳绊到脚上，时间不停止，考生应继续考试。

3.在考试过程中，绳子断坏及其他因素导致影响考试的，考生可以补测一次。

4.考试结束后，考生将跳绳轻放至指定位置。

5.考试跳绳必须使用考场准备用绳。

6.犯规动作：一跳多摇、单脚跳及一跳一垫步均判为犯规，因犯规所得的次数扣除。

二、立定跳远

（一）考试规则及方法要求

1.由引导员带领考生到考试场地，考生站立在起跳线后准备考试，两脚原地同时起跳，落地点必须在测试区域内，以身体触地部位离起跳线最近点为考试成绩，不得有助跑、垫步跳等动作。

2.当考生听到设备发出“开始测试”“、第一次测试”时，考生开始考试，连续测试三次，电子仪器自动择取最好一次成绩记录储存。

注：立定跳远考试设备已经升级为全量程测试仪，只有一条起跳线。

（二）场地器材规格及设置要求

场地器材要求：考试设备要安排在平坦地面，专用立定跳远测试仪。

（三）注意事项

1.单次起跳落地后必须向前走出测试区域，不得向后退，否则可能影响考试成绩。

2.犯规动作：起跳时踩线、助跑、垫步或连跳，测试完成后后退或从侧面出感应区，判定为犯规，所跳成绩无效。如三次测试均犯规无成绩者，允许补测一次。若补测依旧犯规，该项目成绩按“0”分处理。

三、前掷实心球

（一）考试规则及方法要求

1.由引导员带领考生到考试场地，考生双脚前后或平行站立于起掷线后，双手持球于头上方，双手同时用力将球经头上方向落地区掷出。

2.双脚必须静止站立后方可掷球，不可在走动或跑动中掷球。掷球前双脚不可离地或在地面滑动，实心球出手的瞬间，双脚可以同时蹬地、离地。如受试者两脚前后开立投掷，出手的同时后脚可以向前迈出一步，但不得踩线。

3.掷球过程中，身体任何部位不可触及起掷线或起掷线前方地面，否则电子设备将判为犯规。考试完成后，考生向身后离开投掷区。每人有3次投掷机会，电子仪器自动择取最好一次成绩记录储存。

4.若考生第一次投掷即投满分，第二、第三次可免投。

5.测量的最小单位为0.1米，计取成绩得分时，以成绩对应的得分计取。

6.考试过程中若出现设备故障，可按规定使用（卷）米尺丈量成绩并记录。

（二）场地器材规格及设置要求

1.前掷实心球测试仪要摆放在坚实、平坦的地面上，实心球落地点区域覆盖面为长不少于13米、宽4米的区域。起掷线以3.5厘米宽标志线后沿（投掷方向为前）为准。

2.实心球：实心球球体直径：14—14.5厘米；重量：男、女生均为2千克；球体为橡胶铸造。

3.实心球落地区域内设有颜色明显的男生、女生满分标志线。

（三）注意事项

1.允许考生佩戴护腕或护肘参加考试。考生在考试时穿运动鞋，不可穿钉鞋、皮鞋或塑料凉鞋。

2.考试时考生不可将两个或两个以上手指缠在一起（开放性创口除外）进行掷球。

3.犯规动作：踩线、助跑投掷、球体未经头部上方双手掷出等。如三次投掷均犯规无成绩者，允许补测一次，若补测依旧犯规，该项目成绩按“0”分处理。所有考生在同一投掷线投掷。

四、坐位体前屈

（一）考试规则及方法要求

1.由引导员带领考生到考试场地，考生脱鞋考试，坐在测试床体上，两腿伸直，自然并拢，两脚平蹬测试床体纵板内沿，低头，上体前屈，两臂前伸，用两手中指尖逐渐向前推动游标，直到不能前推为止。

2.测试床体的脚蹬纵板内沿平面为0点，向内为负值，向前为正值。

3.记录以厘米为单位，保留一位小数。考生连续测试两次，择取最好成绩。

（二）场地器材规格及设置要求

场地器材要求：场地设置在室内，要安排在平坦地面，专用坐位体前屈测试仪。

（三）注意事项

犯规动作：双腿膝盖弯曲、突然发力至测试仪游标离开了考生手部、单手推动测试仪游标，犯规所得成绩无效。

五、800米跑（女）和1000米跑（男）

（一）考试规则及方法要求

1.考试方法：由引导员带领考生到考试场地，考生以2至15人（至少2人）一组，穿戴测试用背心，按顺序站好。采用站立式起跑，电子仪器在发出“各就位→跑”的口令后，自动开始计时，跑出后不分道，遵循右侧超越的田径规则。

2.当考生身体到达终点线的垂直面时，自动停止计时并记录储存成绩。每位考生考试一次，考试成绩按分、秒记录。考试完毕后，考生在终点交还考试背心，在引导员的带领下有序离开考场。

3.考试时考生可赤足，但不准穿钉鞋、皮鞋、塑料凉鞋，不准携带电子产品（如手机、mp4等）。

（二）场地器材规格及设置要求

场地设置在封闭的、有6条及以上环形塑胶或煤渣跑道的400米田径场上，地面平坦，考试所需的标志线清晰，起点线和终点线必须设置明显的标志物。学生穿中长跑专用背心参加考试，采用智能电子设备计圈计时。

（三）注意事项

1.考试过程中，如碰到电子仪器出故障、考生途中摔倒受伤或途中受阻，可现场补测。不能补测的参加缓考。

2.考试工作人员应根据考试场地的实际情况，在起跑前向考生讲清800米或1000米应跑的圈数，以免跑错距离。

3.考试工作人员应及时告知考生，在跑完后应保持站立并缓慢走动，不要立刻坐下或躺在地上，以免发生意外。

4.有下列犯规行为之一，本项目成绩计0分：

发令前，身体的任何部位触及起跑线及起跑线前地面；跑进中踏出规定跑道；跑进中推、拉、阻挡他人；跑进中借助他人的力量。

六、足球运球绕标志物

（一）场地器材规格及设置要求

场地设置在田径场中部的平整地面或独立的足球场上，表面为天然或人工草坪（不能为光滑的硬地），各场地之间相互独立，避免考试过程中互相干扰。设置要求如下：

长度40米以上平整场地。测试距离30米，起点至第一杆距为5米，各杆间距5米，共设5根标志杆（杆高1.2米以上）。起点线中间1米处为出发区域。设置方式如图所示：

足球测试场地设置示意图

（二）考试规则及方法要求

考生站在起点线后准备，听到测试仪器发出指令后计时开始，考生向前运球依次过杆（见图）。考生和球均越过终点线即为结束。以秒为单位记录测试成绩，精确到小数点后一位，小数点后第二位数非“0”时进“1”。

测试次数：考生连续测试两次，记录最好成绩。

（三）注意事项

犯规动作：未从指定区域出发；出发时抢跑；手球；漏绕标志杆；碰倒标志杆；未按要求完成全程路线；测试期间，人或球出测试区域。考试犯规时，当次成绩无效；两次均犯规无成绩者，只可增加一次机会；仍然犯规者，考生该项成绩计0分。

附件3：

长春市中考体育现场考试成绩标准（男）

单项得分

1000（米）（分.秒）

立定跳远（厘米）

前置实心球（米）

坐位体前屈（厘米）

跳绳（次/分钟）

足球绕干（秒）

3′40

250

9.6

21.6

157

7.5

3′45

245

9.3

19.7

152

8.8

3′50

240

9.0

17.8

147

9.8

3′57

233

8.7

15.8

141

10.4

4′05

225

8.4

13.8

135

10.8

4′10

221

8.1

12.4

128

11.6

4′15

217

7.8

11.0

121

12.1

4′20

213

7.5

9.6

114

13.2

4′25

209

7.2

8.2

14.1

4′30

205

6.9

6.8

14.5

4′35

201

6.6

5.4

14.7

4′40

197

6.3

4.0

14.9

4′45

193

6.0

2.6

15.3

4′50

189

5.7

1.2

15.5

4′55

185

5.4

-0.2

5′15

180

5.1

-1.4

16.3

5′35

175

4.8

-2.6

16.5

5′55

170

4.5

-3.8

6′15

165

4.2

-5.0

17.5

6′35

160

3.9

-6.2

长春市中考体育现场考试成绩标准（女）

单项得分

1000（米）（分.秒）

立定跳远（厘米）

前置实心球（米）

坐位体前屈（厘米）

跳绳（次/分钟）

足球绕干（秒）

3′25

202

6.7

23.5

166

8.9

3′32

196

6.5

21.8

159

11.0

3′39

190

6.3

20.1

152

13.1

3′47

183

6.1

18.4

144

14.4

3′55

176

5.9

16.7

136

15.7

4′00

173

5.7

15.4

129

17.5

4′05

170

5.5

14.1

122

19.3

4′10

167

5.3

12.8

115

21.1

4′15

164

5.1

11.5

22.9

4′20

161

4.9

10.2

23.1

4′25

158

4.7

8.9

23.4

4′30

155

4.5

7.6

23.7

4′35

152

4.3

6.3

24.4

4′40

149

4.1

5.0

24.7

4′45

146

3.9

3.7

26.0

4′55

141

3.7

2.9

26.3

5′05

136

3.5

2.1

26.6

5′15

131

3.3

1.3

26.9

5′25

126

3.1

0.5

27.2

5′35

121

2.9

-0.3

27.5

注：考试成绩未达上限，按下限评分。

附件4：

长春市中考体育现场考试免考（缓考）申请表

学 校

姓 名

性 别

报名号

申请

项目

以及

原因

残免□ 病免□ 缓考□

原因：

残疾证发证机构： 编号：

家长签字

年 月 日

学校意见

签名（公章）

县（市）区教育局意见

签名（公章）

注：1.在申请项目的□打√。

2.申请免考、缓考学生需按要求提交相关证明材料。

3.请将残疾证复印件或医院证明粘贴在相应栏中。

附件4：

长春市中考体育现场考试免考（缓考）统计表

学校： 长春市第一六〇中学（公章）

序号

姓名

性别

组别

报名号

免考（缓考）原因

学生签名

备注

**第四篇：龙泉市初中毕业生学业体育考试有关规定**

龙泉市初中毕业生学业体育考试有关规定

一、免考申请条件：有下列情况之一的学生可按有关规定申请免考。

1、初中阶段经体育主管部门认定有效的三级以上（含三级）运动员；初中阶段在教育行政部门及其与其他部门联办的浙江省、丽水市和龙泉市级体育比赛中的单项前六名获得者，集体项目第一名的队员（其中篮球赛取前三名。集体项目必须是主力队员，且不超过全队人员的50%）；龙泉市学生素质特长运动会前三名获得者（其中棋类项目、足球射门的第一名获得者。跳长绳参照集体项目处理）。总分按30分计。（“三模三电”、定向运动项目不纳入免考申请范围。）

2．肢体明显残疾，心、肺、肝、肾等有严重疾病或患有严重哮喘，身体有严重伤病，不能正常参加体育中考的学生，凭县（市）级残联（肢体明显残疾者）或县（市）级及以上医院证明(附医院就诊发票)申请免考。每免试一项记4分，总分为12分。

二、免考申请程序：要求免考的考生，由考生及家长向所在学校领取并填写《龙泉市初中毕业生学业体育考试免考申请表》（附件

4.1），并附相关证明（证件）原件（审核后原件退还）及复印件一起上报所在学校。学校依据学生实际情况（如：体育运动水平、历年体检情况、是否免修体育课、是否正常参加体育锻炼等），对学生申请事项进行审核，填写《龙泉市初中毕业生学业体育考试免考申请汇总表》（附件4.2），并将汇总表（同时报送电子稿）、免考申请表及证明（证件）复印件上交市教育局基教科审定。市教育招生考试中心审核批准后，反馈至学校，由学校通知学生本人。申请免考的学生必须在2025年11月31日前办理完成申请手续，逾期视为自动放弃免考申请。（审核手续完成后所参加的任何体育比赛不作为免考条件）。

三、请假办法：考试期间因生病、女生例假不能参加考试者，由本校带队老师凭学校医务室证明在本场次考试前，向主考办理请假手续，申请参加补考。未办理请假手续者，作自动放弃处理。

四、复考办法：在考试期内，因身体有严重疾病或伤病，经申请获准免考的学生，若身体恢复健康，需参加正常考试者，由学生及家长提出书面申请，并附县（市）级及以上医院相关证明，经所在学校审核同意，报市教育招生考试中心批准后，方可参加正常考试（只允许参加补考轮次考试）。

五、考试组织：考试开始前，考生应做好充分的准备活动，防止考试时发生运动性意外伤害；各校安排工作人员按照考试报名分组情况，组织考生依秩序在考场外候考；考生凭报名证进入考点后，由引导员带领考生进入考场，按照指定考试顺序参加考试；考试项目结束后，考生必须逐一在考试成绩单上签字确认有效，以小组为单位集体离开考场。

六、补考办法：考生对自己的考试成绩不满意，可向学校申请提出补考。补考可以选考原考试项目，也允许同组别另选考试项目，但不允许不同组别考试项目顶替。考生体育考试成绩采用补考成绩与第一次考试成绩中最好成绩。

七、严禁各类舞弊行为发生。对于冒名顶替参加考试者，取消所有类别项目考试资格，当年体育考试总成绩为零分的处理；私自填写或改写成绩登记表中记载内容者，当年该项目考试成绩为零分处理。

八、体育考试成绩在龙泉教育网上公示，若发现考生考试成绩与平时成绩有明显差异，考试委员会必须进行审核，确保公平、公正。发现有徇私舞弊行为，将根据有关规定严肃查处。

九、本有关规定解释权属龙泉市教育招生考试中心。

**第五篇：2025年初中毕业体育考试项目**

一、中考体育考试

（一）考试内容与分值

2025年初中毕业升学体育考试由体育健康知识考试（20分）和体育测试（80分）两部分组成，由市教育局组织体育与健康理论考试。由区县（市）教育局和市教育局组织体育测试，包含必测项目50分、自选项目30分，具体测试项目：1．1000米长跑（男）、800米长跑（女）（30分）；2.引体向上、掷实心球（男考生自选一项，须在报考前确定）、仰卧起坐、掷实心球（女考生自选一项，须在报考前确定）（20分）；3．足球运球、篮球运球、排球垫球选项（考前两个月全市统一抽签，统一确定项目）（30分）。前面两部分按100分制计分，再以考分的40%计入考生中考总分。

（二）评分办法

项目一：1000米跑（男)、800米跑（女）（单位：秒）

分值

成绩

男

3.40

3.45

3.50

3.54

3.58

4.02

4.06

4.10

4.15

4.20

4.25

4.30

4.35

4.40

4.45

＞

4.45

女

3.25

3.32

3.38

3.42

3.46

3.50

3.54

3.59

4.03

4.08

4.13

4.18

4.23

4.27

4.30

＞

4.30

注：得分按区间标准向下靠计分。

项目二：引体向上（男）（单位：次数）

分值

次数

≤2

项目三：仰卧起坐（女）（单位：次数）

分值

次数

分值

次数

≤29

项目四：掷实心球（男、女）（单位：米）

分值

成绩(男）

10.3

9.8

9.6

9.4

9.2

8.8

8.6

8.3

7.7

7.3

≤6.8

成绩(女）

7.8

7.4

7.2

6.8

6.6

6.4

6.2

5.9

5.6

5.3

4.9

≤4.5

项目五：足球、篮球运球、排球垫球

项目

分值

篮

球

成绩

（秒）

男

12.8

13.2

13.7

14.0

14.3

15.0

15.8

16.4

17.4

17.8

18.3

19.0

19.6

＞19.6

女

14.8

15.5

16.6

17.0

17.7

19.2

20.6

21.4

22.6

23.3

24.24.8

25.5

＞25.5

足

球

成绩

（秒）

男

9.0

9.2

9.4

9.7

10.1

10.3

10.5

11.1

11.6

11.9

12.4

12.7

12.9

＞12.9

女

11.4

11.9

12.3

12.7

13.3

13.7

14.2

14.9

15.7

16.6

17.5

18.0

18.6

＞18.6

排

球

成绩

（次）

男

＜20

女

＜18

注：得分按区间标准向下靠计分。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！