

2025 年郑州市第六高级中学体育后备生

招生专业测试工作方案

一、学校简介

郑州市第六高级中学，原名郑州市回民高级中学，2025 年 2 月从金水区城北路搬迁至管城回族区和润路 66 号。学校建校于 1948 年，是河南省示范性高中、河南省文明单位，是教育部认定的全国教育系统先进集体，全国特色教育先进单位。

郑州市第六高级中学是传统体育特色学校，在国家、省级比赛中表现突出，每年荣获国家一级、二级运动员学生数量居全市前列。

二、招生工作领导小组

组 长：董慧蕴 刘永谦

副组长：王春前 陈晓勇 曹素华

纪检监察组长：李 翔

组 员：郑州市教育局委派督导组、樊昭、李亚军、赵杰、鲁会永、徐两省、杨洋、李俊、廉颇

三、招生计划（项目、人数）

女篮：6 人。

毽球：3 人。

四、专业测试要求

(一) 测试时间

5月29日上午8:30—10:30

(二) 测试地点

郑州市第六高级中学城北路校区（城北路4号）

(三) 测试内容

1. 篮球（女子）

测试项目：学校将对报考我校女子篮球后备生进行全方位测试。具体包括五个方面：

类别	专项技术		专项素质	实战能力	
测试内容	一分钟投篮	全场综合运球上篮	17折	3v3	5v5
分值	10分	20分	20分	20分	30分

共计100分。

2. 毽球（女子）

测试项目：对报考我校毽球后备生进行全方位测试。具体包括五个方面：

类别	专项素质	专项技术	实战能力
----	------	------	------

测试 内容	五米三向折回 跑（每人两次 机会）	一分钟踢 毽球（每 人一次机 会）	发球 （每人 10次 机会）	专项特长： 1. 主攻技 术；2. 二传 技术 （每人10 次机会）	3v3
分值	15分	15分	15分	15分	40分

（四）测试流程

1. 开考前 30 分钟到学校，考生凭身份证（没有身份证的需要携带公安部门出具的带有照片的身份证明）、登记表、初中阶段参加各级行政部门主办的体育活动并取得相应证书的复印件（未参加过艺术活动但具备一定专业基础的考生，需出具符合模版要求的推荐证明）进入考点（我校工作人员负责资格审查）。

2. 根据考生选报项目，由测评小组安排考生测试顺序，并由外聘专家组进行测试，现场打分并当场签字确认，考生签字确认后任何人不得更改成绩。

3. 全部测试完成后，由评委按照招收指标数及分数由高到低排名，并当场宣布名次，评委按照我校篮球、毽球项目招生计划确定专业合格考生名单。

4. 考试全部结束后，考生当场签字确认其考试结果，并于

公布结果后上交其《登记表》原件。考试全部结束前离场、或者未签字确认、或者未按时上交《登记表》原件的，视为自动放弃。

（五）测试要求

1. 身体健康状况良好，无先天性疾病，初中长期参与所考项目的训练。因隐瞒身体健康状况造成测试中出现意外情况的，后果由本人承担。

2. 参加测试的，需在省市区比赛中取得优异成绩，获得有相应证书或奖励证明材料。（未获得过相应证书或奖励证明材料，但具备一定专业基础的考生，需出具符合模版要求的推荐证明）

3. 参加测试时，着装不能出现个人信息及明显标识。

五、评分标准

（一）篮球测试成绩标准

一分钟投篮：共五个投篮点，每个投篮点四个球，每投进一个得 0.5 分，测试须在一分钟内进行完。

15 米*17 折返跑				全场综合运球上篮			
得分	成绩 (S)	得分	成绩 (S)	得分	成绩 (S)	得分	成绩 (S)
20	66.03	15.6	81.43	20	40	12.8	50.5
19.8	67.63	15.4	82.03	19.6	40.5	12.6	51

19.6	68.23	15.2	82.63		19.2	41	12.4	51.5
19.4	68.83	15	83.23		18.8	41.5	12.2	52
19.2	69.43	14.8	83.83		18.4	42	12	52.5
18.8	70.03	14.6	84.43		18	42.5	11.8	53
18.6	70.83	14.4	85.03		17.6	43	11.6	53.5
18.4	71.63	14.2	85.63		17.2	43.5	11.4	54
18.2	72.43	14	86.23		16.8	44	11.2	54.5
18	73.23	13.6	86.83		16.4	44.5	11	55
17.8	74.03	13.2	87.43		16	45	10.8	56
17.6	74.83	13	88.03		15.6	45.5	10.6	57
17.4	75.63	12.6	88.63		15.2	46	10.4	58
17.2	76.43	12.2	89.23		14.8	46.5	10.2	59
17	77.23	11.8	89.83		14.4	47	9	60
16.8	77.83	11.6	90.43		14	47.5		
16.6	78.43	11	91.03		13.8	48		
16.4	79.03	10.4	91.63		13.6	48.5		
16.2	79.63	9.8	92.23		13.4	49		
16	80.23	8	92.83		13.2	49.5		
15.8	80.83				13	50		

实战能力评分细则（3v3）	
等级(分值范围)	评价标准

优 (20-14.1)	动作正确, 协调、连贯、实效; 技术运用合理, 运用效果好; 战术配合意识强, 实战效果好。
良 (14-10.1)	动作正确, 协调; 技术运用较合理, 运用效果较好; 战术配合意识较强, 实战效果较好。
中 (10-5)	动作基本正确, 协调; 技术运用基本合理, 运用效果一般; 战术配合意识一般, 效果一般。
差 (5 以下)	动作不正确, 不协调; 技术动作不合理, 运用效果差; 战术配合意识差, 效果较差。

实战能力评分细则 (5v5)	
等级(分值范围)	评价标准
优 (30-24.1)	动作正确, 协调、连贯、实效; 技术运用合理, 运用效果好; 战术配合意识强, 实战效果好。
良 (24-20.1)	动作正确, 协调; 技术运用较合理, 运用效果较好; 战术配合意识较强, 实战效果较好。
中 (20-15)	动作基本正确, 协调; 技术运用基本合理, 运用效果一般; 战术配合意识一般, 效果一般。
差 (15 以下)	动作不正确, 不协调; 技术动作不合理, 运用效果差; 战术配合意识差, 效果较差。

备注: 一分钟投篮和全场综合运球上篮每人测试两次, 取最好成绩。17 折每人测试一次。确定合格考生过程中, 如出现总成绩完全一样的, 实战比赛成绩高者优先。

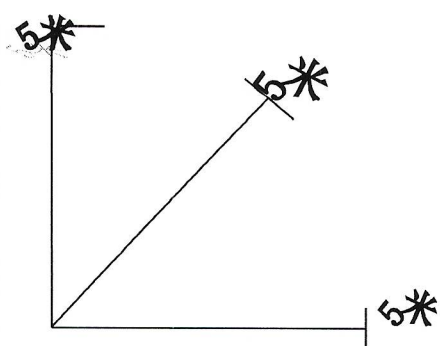
（二）毽球测试成绩标准

考试内容：专项素质占 15 分、专项技术占 45 分、实战应用占 40 分。

1. 专项素质（15 分）：五米三向折回跑（每人两次机会）

考试办法：五米三向折回跑是沿三条各长五米的线段（见下图）完成三向往返跑，规则要求从起点用站立式起跑，口令为“各就位一跑”，先向右边跑道跑进至顶端，用脚踏标志线后返回原起点，再向中间跑道跑进至顶端，用脚踏标志线后返回起点，再向左边跑道跑进至顶端，用脚踏标志线后返回起点（即终点）。

规则规定：凡未跑完全程或在跑的过程中单手、双手有意撑地以及踏标志点不到位，均判犯规，根据犯规情况适当扣分（不到位 5 厘米扣 1 分）或取消成绩。



男子标准

分值	15	14	13	12	11	10	9	8	7
----	----	----	----	----	----	----	---	---	---

时间	9"	9" 3	9" 6	9" 8	10"	10" 3	10" 5	11"	12" 以后
----	----	------	------	------	-----	-------	-------	-----	--------

女 子 标 准

分值	15	14	13	12	11	10	9	8	7
时间	10"	10" 3	10" 6	10" 8	11"	11" 3	11" 5	12"	13" 以后

2. 专项技术 (45 分)

(1) 一分钟踢毽球 (15 分, 每人一次机会)

①动作规格: 单脚或双脚均可。

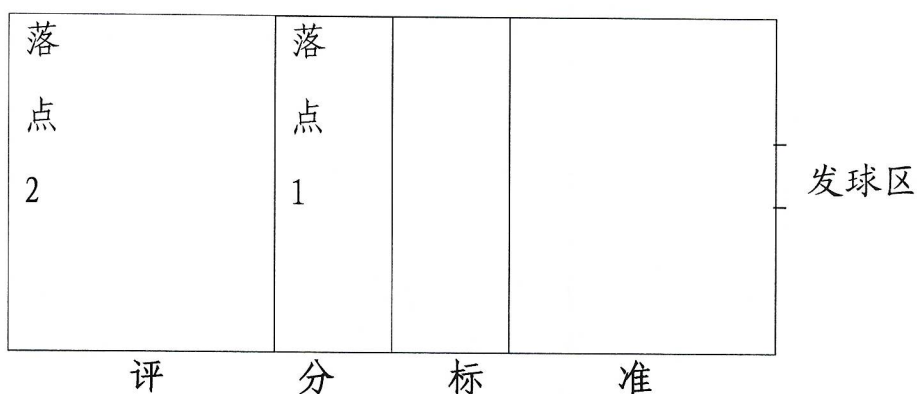
②考试方法: 考生在 4 米 × 4 米范围内, 用膝关节以下任何部位将毽球踢起, 计算 1 分钟内踢毽的次数 (踢毽球的脚每完成一次踢毽动作后必须触地, 算为完成一次)。一分钟踢毽球评分标准不分性别, 场地在室内。

评 分 标 准

分值	15	14	13	12	11	10	9	8	7
时间	123	120	115	110	105	100	90	80	70 以下

(2) 发球 (15 分, 每人 10 次发球)

10 个发球按要求, 分别发到落点 1 和落点 2 区域内, 成功一球计 1.5 分。(见下图)



分值	15	14	13	12	11	10	9	8	7
个数	10	9	8	7	6	5	4	3	2 以下

(3) 专项特长(15 分，每人选择 1 项展示，10 次机会)

①进攻技术，可选择踏球或倒勾攻球方式，可以自传自踏或自传自勾，也可选择他人传球或抛球，过网且球落点在对方场内为有效得分球。

②传球技术：可以选择自抛自传，也可选择他人传球或抛球，用 1-2 两次传球将后场球传至本场限制区内，且高度不低于 2.5 米方为有效得分球。

评 分 标 准

分值	15	14	13	12	11	10	9	8	7
个数	10	9	8	7	6	5	4	3	2 以下

3. 实战能力（40 分）。

根据考生人数和实力分组，设三人、双人或单人赛。通过

比赛对考生各项基本技术动作正确，动作协调以和控球能力、触球的准确性、预判能力、集体配合能力、应变能力、注意与集中程度、积极主动程度、顽强拼搏程度以及合作精神等个人技战术正确熟练，运用合理，比赛意识强进行综合评定。

标 准

得分(分)	技战术评定标准
40	集体配合非常默契、有战术组织、意图明显，球控制平稳、积极发扬团队精神、良好的场上作风，心理状态良好，技战术具有明确目的性和方向性
35	集体配合默契、有一般战术组织、球控制比较平稳、发扬团队精神、比较良好的场上作风
30	有集体配合、球控制比较平稳、发扬团队精神、较好的场上作风
25	触球的准确性一般，集体配合一般、球控制一般
20	各项表现一般
20 以下	各项表现较差

六、录取原则

中招需市区第一批次第一志愿报考我校。

根据招生计划总人数，我校各项目专业测试合格名单比例为 1:1。考生专业测试合格且中招学业考试成绩不低于郑州市区

普通高中最低录取控制分数线 85%，则予以录取。

七、安全预案

（一）参加测试学生穿着运动服（比赛服）、运动鞋（毬球鞋），做好热身活动避免受伤；

（二）测试过程中如出现身体不适，应立即终止考试，并报告在场老师及时就医；

（三）测试后适量饮水、不吃冷饮，不用冷水冲洗，不立即停下来休息，要做好放松活动（如慢跑、拉伸、行走等），使心脏逐渐恢复平静；

（四）进入考点后，如考生因不可抗力因素无法进行现场考试，可将该考生的测试时间延长至本次考试结束前进行。

（五）考点不提供停车位。家长送考车辆不得停在校门两侧、道路两边等非停车位区域。

（六）考生家长不得入校。提倡家长送考即送即走，确需等候的家长，不在校门两侧扎堆、聚集。

八、地址、联系人、咨询电话、监督电话

考点地址：金水区城北路 4 号

联系人及咨询电话：廉老师，13525588169；

监督电话：0371-67579868

