

# 2026年郑州市扶轮外国语高级中学 体育后备生招生专业测试工作方案

## 一、学校简介

郑州市扶轮外国语高级中学始建于1929年，坐落于郑州市管城区梦想路，按照55个全寄宿制教学班、2750名学生规模普通高中规划设计建设，占地面积103亩，环境优美，配套设施完备。学校以“科技润泽生命，创新驱动未来”为核心办学理念，构建融汇人文底蕴与科学精神的科技特色育人体系，形成稳定且极具辨识度的办学风格与高品质科技特色。学校先后被评为全国乒乓球传统项目学校、河南省文明校园、河南省中小学师德师风先进校、河南省平安校园、郑州市美育示范校、郑州市教学创新先进单位、郑州市创客教育示范校等多项荣誉。

## 二、招生工作领导小组

组 长：张新慧

副组长：朱鹏举 孟慧娟

成 员：陈立胜 申海伟 苏 峰 葛玉龙 刘文奇

纪检监察组长：赵 晶

成 员：栗瑞坤 刘永刚

## 三、招生计划（项目、人数）

我校依照郑州市教育局文件规定，今年招收体育后备生16

人。其中乒乓球 10 人、男子篮球 6 人。

#### 四、专业测试要求

考生持身份证和加盖初中学校公章的《2026 年郑州市市区普通高中体育艺术后备生报名登记表》到我校参加测试。考生要求具备专业训练经历，参加市级以上正规比赛获奖运动员；具有系统训练经历，并且能持续发展的运动员。

##### （一）测试时间

2026 年 5 月 25 日（周一）上午 8:00—11:00。

##### （二）测试地点

郑州市管城区南曹办事处紫辰路梦想路向东 400 米路南郑州市扶轮外国语高级中学。

##### （三）测试内容

1. 乒乓球：①40 秒双摇跳绳；②四十秒 3.5 米滑步；③现场比赛；④综合表现考评。

2. 篮球：①多种变向运球上篮，全场背后、胯下、转身四个上篮；②一分钟定点投篮；③双摇跳绳；④现场比赛（全场 5v5）；⑤综合表现考评。

##### （四）测试流程

现场报名——抽签分组——测试。

##### （五）测试要求

1. 学生入校须携带有效证件（身份证和后备生报名登记表），家长在校外等候。

2. 着装不得出现个人信息及明显标识。
3. 考生须按要求携带相关用具。
4. 手机及拍照、录音、录像设备一律不得带入考场。

## 五、评分标准

### (一) 乒乓球

40 秒双摇跳绳满分 20 分，四十秒 3.5 米滑步满分 20 分，现场比赛满分 50 分，综合表现考评满分 10 分。

项目	40 秒双摇跳绳 (20 分)	40 秒 3.5 米滑步 (20 分)	比赛 (50 分)	综合表现考评 (10 分)
分值	次	次	升降级比赛模式按名次依次减 5 分。	考官根据测试队员在比赛中的动作、协调、运用的技战术进行综合评价。
20	>60	男生 $\geq$ 38, 女生 $\geq$ 35		
16	50-59	男生 35-37, 女生 32-34		
12	40-49	男生 32-34, 女生 29-31		
8	<40	男生<31, 女生<28		

### (二) 篮球

多种变向运球上篮满分 15 分，一分钟定点投篮满分 15 分，一分钟双摇跳绳满分 10 分，现场比赛满分 50 分，综合表现考评满分 10 分。

项目	多种变向运球 上篮 (15 分)	一分钟定点投 篮 (15 分)	双摇跳绳 (10 分)	现场比赛 (50 分)	综合表现考评 (10 分)
分值	秒	个	60 个为满分，每少 5 个减一分；身高 190cm 以上 50 个为满分，每少 5 个减一分。	考官根据测试队员在比赛中的技术统计、篮球意识、球感进行评价。	考官根据考生身体素质、协调性、柔韧性等方面进行综合评价。
15	39	11			
13	42	10			
11	45	9			
9	48	8			
7	50	7			
5	52	5			
3	55	3			

## 六、录取原则

1. 乒乓球：按照招生计划 1:2 的比例上报专业测试合格人数，中招成绩在郑州市区普通高中最低控制分数线 65% 之上根据专业成绩由高到低录取。

2. 男子篮球：按照招生计划 1:3 的比例上报专业测试合格人数，按照中招成绩由高到低录取，且中招成绩不得低于郑州市区普通高中最低控制分数线。

## **七、安全预案**

1. 招生工作领导小组全面负责本次测试安全工作，负责对考试安全工作进行部署检查，做好现场应急处理工作。

2. 各项目负责人负责对参加测试人员安全教育，出现突发事件时统一协调应急处理。

3. 校医室做好测试期间应急药品的准备和考生的一般性治疗，出现突发事件时，协助做好救护和护送工作。

4. 总务处提供饮用水，并设置家长休息等待区域，做好服务工作。

## **八、学校地址、咨询电话、监督电话、联系人**

学校地址：郑州市管城区南曹办事处紫辰路梦想路向东 400 米路南郑州市扶轮外国语高级中学

朱 校 长：15617430044

陈 主 任：13700874960

咨询电话：0371-60194699

监督电话：0371-55392011

郑州市扶轮外国语高级中学  
2026年5月20日

