

# 2017年安徽省初中学业水平考试大纲

## 体育与健康

### 一、编写说明

本纲要是依据《义务教育体育与健康课程标准（2011年版）》和《国家学生体质健康标准（2014年修订）》的内容和要求，结合安徽省实施初中体育与健康课程的教学实际研究制定。本纲要着重介绍了有效提高学生体质健康水平与运动技能的测试内容、测试方法、考评标准、注意事项和练习建议等，旨在帮助教师有效把握学生体育与健康学习的起点、过程和结果，做到由易到难、由浅入深、循序渐进，有针对性的教学、指导和考评，以提高学生体能和运动技术水平。

### 二、考试性质与目标

初中体育与健康学业水平考试是每一个学生在义务教育阶段体育与健康课程学习的终结性考试，是促进学生达成课程学习目标的重要手段，目的是全面、准确地反映初中毕业生在体育与健康课程学习方面的实际水平。其结果是衡量学生是否达到毕业标准的主要依据及高中阶段招生的重要依据。

实施初中体育与健康学业水平考试是全面贯彻党的教育方针，推进素质教育，实施《义务教育体育与健康课程标准（2011年版）》和《国家学生体质健康标准》，不断完善初中体育与健康学业水平考试评价制度，提高学校、家庭、社会对学生体质健康水平与掌握运动技能的关心和重视程度，使其成为切实加强学校体育与健康工作管理和增强学生体质的有力抓手；调动学生对体育与健康学习的积极性，促进学生更好的“学”和教师更好的“教”；引导学生正确地认识和了解自己的体质健康和课程学习状况，督促学生科学地参加体育锻炼，有效挖掘学生的体育与健康学习潜力，培养学生终身追求体育健康的理念意识、生活方式与行为习惯，促进学生身心健康、体魄强健、全面发展。

### 三、考试内容和要求

#### （一）考试内容

今年我省初中体育与健康学业水平考试内容，依据《义务教育体育与健康课程

标准（2011年版）》、《国家学生体质健康标准》中体质健康评价内容和《学生足球运动技能等级评定标准（试行）》制定，具体结合《体育与健康》（水平四）教科书中的教学内容，遴选了体能类、技能类中的核心项目作为考试内容。考试内容设置可操作性强。

所选考试项目，兼顾了《义务教育体育与健康课程标准（2011年版）》、《国家学生体质健康标准》和《学生足球运动技能等级评定标准（试行）》，既各有重点要求，又能使其相互融为一体有利于《义务教育体育与健康课程标准（2011年版）》的有效实施，有利于充

表1 初中体育与健康学业水平考试内容

类别	考试内容
必测类	1000米跑（男） 800米跑（女）
体能类 选测	50米跑 立定跳远 掷实心球 跳绳 坐位体前屈 引体向上（男） 仰卧起坐（女）
技能类 选测	篮球运球 排球垫球 足球运球

分调动教与学的积极性、主动性和创造性，更有利于激发学生积极主动地参与体育锻炼。学生通过这些简单易行、便于操作的考试项目的学习，激励和帮助其掌握体育与健康的知识、技能和方法，培养学生体育与健康的情感、态度、价值观，为学生进一步学习和终身体育锻炼奠定良好的体质与扎实的运动技能基础。

## （二）考试要求

参加初中体育与健康学业水平考试的学生需测试三个项目，其中耐力项目（男生1000米跑，女生800米跑）为必测项目（参见“表1”）。

每个考生测试的项目应在半天内完成，每个考试项目之间应安排适当的间歇与休息时间。

为确保体育与健康考试工作科学、高效进行，各市、省直管县在组织初中毕业生体育与健康考试时可以采用仪器测试。采用仪器测试前，一定要加强对测试人员的业务培训，使其掌握仪器的正确操作方法，切实做好各项测试数据的准确采集、及时公布和安全储存等工作。

## 四、操作方法

### （一）1000米跑（男）、800米跑（女）

#### 1. 测试目的

考查学生的心血管、呼吸系统功能和耐力素质发展水平。

#### 2. 场地器材

标准、非标准田径场地或其它不规则场地，地质不限，地面要平坦，必须丈量准确。

测试器材：丈量尺、秒表、发令枪（旗），或 1000 米（800 米）跑测试仪。

### 3. 测试方法

考生至少二人一组，用站立式起跑，听到发令枪声或“跑”的口令后开始起跑；发令员在发出口令的同时要挥动发令旗；计时员视枪烟或旗动开表计时，考生躯干部到达终点线后沿的垂直面停表。以分、秒为单位记录测试成绩，不计小数。

### 4. 注意事项

①监考人员应向考生报告剩余圈数，以免跑错距离。

②监考人员应提醒考生在跑完后不要立刻停下，应继续慢跑、走动，以免发生运动性重力休克等意外。

③测试时，考生应穿运动鞋和运动服，不得穿钉鞋等不适合考试的鞋类及衣服进行考试，避免运动伤害。

### 5. 练习建议

①长距离走-跑交替练习。

②慢跑-球类-柔韧性组合练习。

③6 分钟定时跑练习。

④莱格尔跑练习。

⑤1200—1600 米（男生）、1000—1200 米（女生）变速跑练习。

⑥1000 米（800 米）重复跑练习。

## （二）50 米跑

### 1. 测试目的

考查学生速度素质、灵敏素质及神经系统灵活性的发展水平。

### 2. 场地器材

50 米跑道若干条，可在标准的田径场地或其他不规则场地进行，必须丈量准确。地质不限，地面要平坦，跑道线要清晰。

测试器材：秒表、丈量尺、发令枪（旗），或 50 米跑测试仪。

### 3. 测试方法

考生至少二人一组，起跑姿势不限，听到发令枪声或“跑”的口令后开始起跑；

发令员在发出口令的同时要挥动发令旗；计时员视枪烟或旗动开表计时，考生躯干部到达终点线后沿的垂直面停表。记录以秒为单位，精确到小数点后第二位数，按“非0进1”原则进位，如10.11秒应以10.2秒记录成绩。

#### 4. 注意事项

①测试时，考生应穿运动鞋和运动服，不得穿钉鞋等不适合考试的鞋类及衣服进行考试，避免运动伤害。

②当发生起跑犯规时，应对犯规学生予以警告，如该名考生再次起跑犯规将被取消该项目考试资格。

#### 5. 练习建议

①10秒原地快速摆臂练习。

②行进间单脚跳、跨步跳练习。

③高抬腿接快速跑练习。

④抗阻加速跑练习。

⑤听各种信号的起跑反应练习。

⑥起跑及起跑后的加速跑练习。

### **(三) 立定跳远**

#### 1. 测试目的

考查学生下肢肌肉爆发力、身体协调能力的发展水平和立定跳远技能的掌握程度。

#### 2. 场地器材

沙坑或平地。沙坑的沙面与地面齐平，起跳线至沙坑近端不得少于30厘米。无沙坑时，在确保安全的前提下，也可在土质松软的平地上进行。起跳地面要平坦，不得有坑洼。

测试器材：丈量尺、沙扒，或立定跳远测试仪。

#### 3. 测试方法

考生两脚自然开立站在起跳线后，脚尖不得触线（最好用线绳作起跳线）。两脚原地同时向前起跳，不得有垫步或连跳动作。每人试跳三次，垂直丈量起跳线后沿至着地最近点后沿的距离，记录其中最好的一次成绩。以厘米为单位，不计小数。

#### 4. 注意事项

测试时，考生应穿运动鞋和运动服，可以赤足，但不得穿钉鞋等不适合考试的鞋类及衣服进行考试，避免运动伤害。

#### 5. 练习建议

- ①跪跳起练习。
- ②行进间单脚交换跳练习。
- ③十字跳练习。
- ④连续蛙跳练习。
- ⑤连续跳过障碍练习。
- ⑥台阶交换跳练习。

### **(四) 掷实心球**

#### 1. 测试目的

考查学生上肢肌肉爆发力、身体协调能力的发展水平和掷实心球技能的掌握程度。

#### 2. 场地器材

测试场地应为长 20 米、宽 5 米的平地一块，在场地一端画一条直线作为起掷线。实心球球体的周长为  $420 \pm 10$  毫米，重量男、女生均为  $2 \text{ 千克} \pm 20 \text{ 克}$ ，球体为生胶铸造，球体内不得有滚动物。

测试器材：丈量尺，或投掷实心球测试仪。

#### 3. 测试方法

考生静止站在起掷线后，原地两脚前后或左右开立，身体正对投掷方向，双手持球至头上方稍后仰，原地用力把球经头上方向前掷出。球出手的同时后脚可向前迈出一步，但整个动作过程不能侧向、踩线或过线投掷。每人投掷三次，垂直丈量投掷线的后沿至球落地点的最近距离，取最好一次成绩。记录以米为单位，取一位小数。

#### 4. 注意事项

- ①考生必须从静止姿势开始进行投掷。
- ②投出的球必须落在投掷区边线的内沿以内，考生必须在球落地后，从投掷线后方离开投掷区域。

③测试时，考生应穿运动鞋和运动服，不得穿不适合考试的鞋类及衣服进行考试，避免运动伤害。

#### 5. 练习建议

①手持重物做颈后双臂屈伸练习。

②跪距式俯卧撑练习。

③平板支撑练习。

④背屈伸练习。

⑤负重半蹲练习。

⑥蛙跳练习。

### **(五) 跳绳**

#### 1. 测试目的

考查学生耐力素质、协调能力、下肢肌肉爆发力发展水平和跳绳技能的掌握程度。

#### 2. 场地器材

地质不限，地面要平坦。

测试器材：秒表、短绳，或跳绳测试仪。

#### 3. 测试方法

考生从预备状态开始，手握跳绳手把，手腕应保持静止。当测试人员发出“开始”的口令后，每摇绳过头、脚一轮(方向一致)，算完成一次。双脚跳或左、右脚交换跳均可。测试过程中绳绊脚时，可继续进行，但该次不予计数。测试人员发出“开始”的口令，同时开秒表计时，累计1分钟内跳绳次数。

#### 4. 注意事项

①测试过程中，中途失利时不停表(该次不计数)，考生应尽快调整继续跳。

②测试时，考生应穿着运动鞋和运动服，不得穿不适合考试的鞋类及衣服进行考试，避免运动伤害。

③使用跳绳测试仪进行测量时，测试仪显示必须回零。

#### 5. 练习建议

①结合下肢动作进行摇绳练习。

②定时跳绳练习。

③计数跳绳练习。

④花样跳绳练习（交叉跳、绕花跳、跑跳、单脚跳、双脚交换跳等）。

⑤臂力练习（俯卧撑、引体向上等）。

⑥提踵练习。

### （六）坐位体前屈

#### 1. 测试目的

考查学生在静止状态下的躯干、腰、髋、下肢等关节可能达到的活动幅度以及肌肉、韧带的伸展性和弹性的发展水平。

#### 2. 场地器材

地质不限，地面平坦。

测试器材：皮尺，或坐位体前屈测试仪。

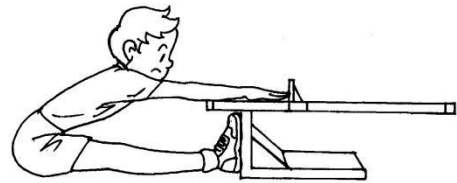


图1

#### 3. 测试方法

考生双膝自然靠拢坐在平地上，两腿保持伸直，上身前屈，两手匀速缓慢地用力向前伸，直到不能前伸时为止。使用坐位体前屈测试仪时，考生用两手中指尖向前推动游标，直到不能前推为止。测试仪的脚蹬纵板内沿平面为0点，向后为负值，向前为正值（图1）。上身前屈两手向前伸时，双膝不能弯曲。测试两次，取最好成绩。以厘米为单位，小数点后保留一位数。

#### 4. 注意事项

①身体前屈两臂向前伸时，双膝不能弯曲。

②坐位体前屈时，应匀速用力（不准用爆发力，不得振动向前屈体，不得用单手手指推动游标。）

#### 5. 练习建议

①直膝分腿坐压腿练习。

②跨栏坐压腿练习。

③正压腿练习。

④正（侧）踢腿练习。

⑤双人压肩练习。

⑥外力辅助并腿坐位前屈练习。

### （七）引体向上（男）

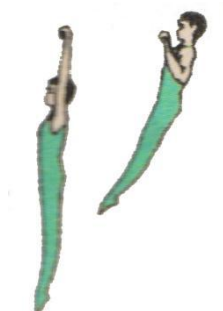


图2

### 1. 测试目的

考查学生上肢和肩背肌肉力量的发展水平。

### 2. 场地器材

高单杠或代用器材，或引体向上测试仪。

### 3. 测试方法

考生跳起双手正握杠，两手与肩同宽或稍宽成直臂悬垂状。然后，两臂同时屈臂引体向上至下颚超过横杠上缘，再还原成直臂悬垂姿势为完成一次（图 2）。

### 4. 注意事项

①身体不能有任何附加动作，如收腹提膝、蹬腿、短振和摆动等。

②考生有违例动作不予计数。

### 5. 练习建议

①哑铃划船练习。

②低杠斜拉引体练习。

③直（屈）臂悬垂练习。

④平梯悬垂移行练习。

⑤双臂屈伸练习。

⑥助力引体向上练习。

## （八）仰卧起坐（女）

### 1. 测试目的

考查学生腰腹部肌肉力量的发展水平。

### 2. 场地器材

地质不限，地面平坦。

测试器材：垫子或替代物、秒表，或仰卧起坐测试仪。

### 3. 测试方法

考生仰卧于垫上，两脚稍分开，屈膝成 90 度左右，两手手指交叉贴于脑后。

另一同伴压住考生踝关节，以固定下肢。仰卧时两肩胛必须触垫，起坐时以双肘同时触及或超过两膝为完成一次（图 3）。当测试人员发出“开始”口令的同时开表计



图 3



时，记录1分钟内所完成的次数。1分钟到时，考生虽已坐起，但两肘未触及或超过两膝，该次不计数，精确到个位。

#### 4. 注意事项

①考生不得借用肘部撑垫或臀部起落的力量起坐。

②测试过程中，考生的双脚必须放于垫上。

#### 5. 练习建议

①仰卧踩单车。

②仰卧举腿练习。

③卷腹运动练习。

④肋木悬垂屈膝收腹提腿练习。

⑤仰卧两头起练习。

⑥助力仰卧起坐练习。

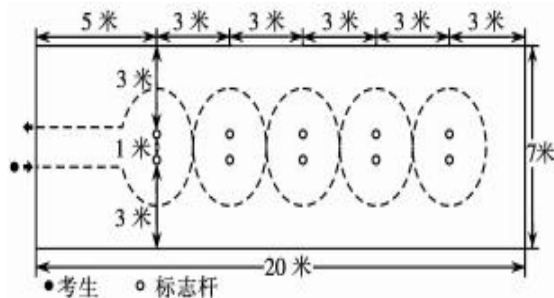
### (九) 篮球运球

#### 1. 测试目的

考查学生体能水平和篮球运球技能掌握程度。

#### 2. 场地器材

测试场地长20米，宽7米，起点线前5米设置两列标志杆，标志杆距同侧边线3米。共5排杆，各排标志杆前后相距3米，全长20米，并列的两杆左右间隔1米（图4）。



测试器材：秒表、30米卷尺、标志杆10根（不低于1.2米）、篮球。

#### 3. 测试方法

考生在起点线后持球站立，听到发令信号后，按图4箭头所示方向单手运球依次绕杆。发令后计时员开表计时，考生与球均返回终点（起点）线时停表。每人可测两次，记录其中最好一次成绩。以秒为单位，精确到小数点后第一位。小数点后第二位数按“非0进1”的原则进位。

#### 4. 注意事项

①测试中若篮球脱手，考生须自行捡回，并回到脱手处继续运球，计时员不停

表。

②测试过程中如出现抢跑、运球过程中双手同时触球、漏绕标志杆、碰倒标志杆、未按图示要求完成全程路线等现象均属违规行为，该次测试成绩无效。

③测试时，考生应穿运动鞋和运动服，不得穿不适合考试的鞋类及衣服进行考试，避免运动伤害。

#### 5. 练习建议

- ①原地换手运球练习。
- ②高、低运球练习。
- ③体前变向运球。
- ④无球绕杆跑练习。
- ⑤绕8字运球练习。
- ⑥规定区域内，各种变向、变速运球练习。

### (十) 排球垫球

#### 1. 测试目的

考查学生体能水平和排球垫球技能掌握程度。

#### 2. 场地器材

在平坦、坚实的场地或排球场上进行，测试区域为3米×3米的场地。

测试器材：排球、标志杆，或排球垫球测试仪。

#### 3. 测试方法

考生在规定的测试区域内原地将球抛起，连续正面双手垫球。要求手型正确、击球部位准确、达到规定的高度，球落地或手持球即为测试结束（图5），按次计数。考生每次垫球应达到规定的高度，男生为2.24米，女生为2米。每人可测试两次，记录最好一次成绩。

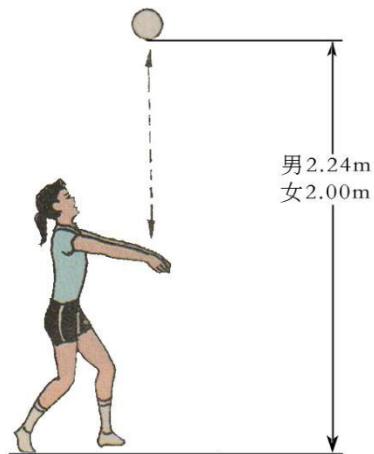


图5

#### 4. 注意事项

①测试过程中如出现采用非垫球方式触球、测试区域之外触球、垫球高度不足等现象，均作为调整动作，该次垫球不计次数。

②为方便判定垫球高度，可将排球网的高度调到相应的高度，或者在测试区域

外相距 50 厘米处插两根标志杆，标志杆顶端用橡皮筋或标志线相连，调整到相应的高度。

③测试时，考生应穿运动鞋和运动服，不得穿不适合考试的鞋类及衣服进行考试，避免运动伤害。

### 5. 练习建议

- ①原地垫固定（悬挂）球练习。
- ②原地（对墙）拍手自垫球练习。
- ③高低垫球法练习。
- ④二人一组，一抛一垫练习。
- ⑤二人对垫球练习。
- ⑥固定区域内自垫球（男生 2.24 米、女生 2 米以上）练习。

## （十一）足球运球

### 1. 测试目的

考查学生体能水平和足球运球技能掌握程度。

### 2. 场地器材

平整的人工草或天然草足球场，测试场地为 22 米×5 米区域。起点终点距离 20 米，标志杆宽间距 4 米，长间距 8 米。（图 6）。

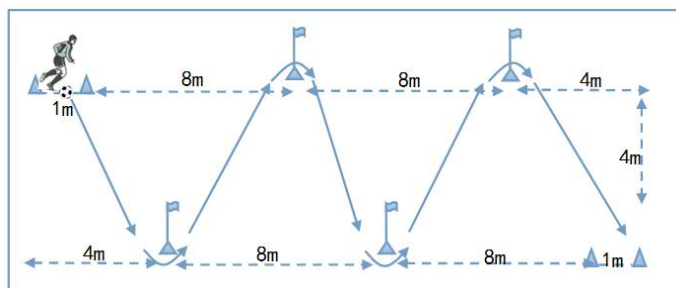


图 6

测试器材：秒表、30 米卷尺、标志杆（不高于 1.2 米）、标志桶（不高于 20 厘米）、足球。

### 3. 测试方法

考生在起始线后准备，听到测评员口令后，从起始线开始运球，分别绕过标志杆外侧，冲过终点线。运球启动开表，运球冲过终点停表。每人可测试两次，记录其中最好一次成绩，碰倒杆或漏杆则成绩无效。以秒为单位记录成绩，精确

到小数点后第一位。小数点后第二位数按“非0进1”的原则进位。

#### 4. 注意事项

①测试过程中如出现抢跑、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现象，均属违规行为，该次成绩无效。

②测试时，考生应穿运动鞋和运动服，不得穿不适合考试的鞋类及衣服进行考试，避免运动伤害。

#### 5. 练习建议

①踩球、拉球、拨球和扣球练习。

②原地颠球练习。

③走或慢跑的行进过程中用单脚（脚的任何部位）运球。

④脚内侧踢球练习。

⑤规定区域内，自由变向、变速运球。

⑥二人一组，一人进攻，另一人消极退防，进攻中尽可能采用变速、变向运球练习。

## 五、成绩评定

1. 初中体育与健康学业水平考试总分值定为不低于55分，必考项目与每个选考项目的分值由各市、省直管县教育局自行确定，并在考试前两个月向考生公布。

2. 评分标准参照《国家学生体质健康标准》中初中三年级男生、女生评分标准、《学生足球运动技能等级评定标准（试行）》和《体育与健康》教科书中相关技能评价标准，评定学生参加体育与健康考试的分值（参见“评分标准”）。

3. 初中体育与健康学业水平考试成绩为学生参加各项目考试成绩的总和。

4. 因病或残疾而免修体育与健康课程的学生，应按《国家学生体质健康标准》的规定办理免于体育与健康考试的申请手续。办理体育与健康免试的学生须填写《安徽省××市初中毕业生免于体育与健康考试申请表》，经班主任和课任体育与健康教师核实签字，由体育与健康教研组汇总送学校审批。《安徽省××市初中毕业生免于体育与健康考试申请表》（见附件）一式两份，一份放入学生档案，一份报送相应教育主管部门备案。

因肢残丧失运动能力的学生，可申请免考，经审核批准同意免考的学生，免考申请表存入学生档案，体育与健康学业水平考试成绩按满分计入初中学业水平考

试总分。

因伤、病长期免修体育与健康课，但未丧失运动能力而申请免考的学生，应有医院的详细病历和证明，按免考程序申报、审批。经审核批准同意免考的学生，免考申请表存入学生档案，体育与健康学业水平考试成绩按体育与健康学业水平考试总分的 70%计入初中学业水平考试总分。

5. 对体育与健康考试当天，临时因伤、病或其他原因不能参加体育与健康考试的学生，应由学生家长或教师办理请假手续以申请缓考。参加缓考的学生，由当地体育与健康考试领导机构规定时间集中组织补测。对不能继续参加考试的考生，应与文化课考试同等对待，即考试几项计几项分数。

## 附录 1:

### 注意事项

1. 考生可参考本考试纲要，按照本市、省直管县初中体育与健康学业水平考试实施细则的要求，参加当地组织的初中体育与健康学业水平考试。

2. 各级教育部门要做好考前的宣传工作，使学校、学生和家长都能充分了解体育与健康考试的方案、内容和要求。要制定考试工作细则，加强组织管理，采取有效措施，严把考试关。

3. 考生必须持准考证参加每个单项的考试，考试时考生一律不允许穿钉鞋。

4. 要进一步完善初中体育与健康学业水平考试考前的健康体检制度，特别是心肺功能的专项检查。患有心血管等高危疾病的学生，不得参加体育与健康考试，学生和家长不得隐瞒病情。要制定与落实预防体育考试意外事故发生的应急预案，考试现场要配备救护车、急救设备及医护人员，加大医务监督力度，消除一切安全隐患，确保考生在考试中的安全。

5. 考生在考试前需做相应的准备活动。考试工作要充分准备，细致安排，规范有序。考试项目安排顺序要先易后难。

6. 因病或残疾而免修《体育与健康》课程的学生，须办理体育与健康免试申请手续，并报送所在学校。

7. 考试体现公开、公平、公正的原则，坚决杜绝违纪舞弊行为。要建立必要的监督机制，考生每个项目考试结束后，应及时让学生签字确认，并张榜公告。

## 附录 2:

### 备考锻炼须知

1. 要认真研读本考试纲要和各市、省直管县制定的考试方案、内容和要求。
2. 制订长、短期锻炼计划。实施锻炼计划之前，要先到医院进行健康体检，经县级及以上公立医院确诊无运动意外发生的疾病后，方可进行体育锻炼。
3. 锻炼计划可按周、月、学期制订，另外还要制定每次的练习计划。练习计划可以根据学习时间、身体状况、练习效果等做相应的调整和变动。
4. 锻炼前要做热身活动，锻炼后要做放松活动。
5. 锻炼的量和强度要因人而异，原则上是由小到大，逐渐增加，运动负荷要以身体能尽快恢复和不影响文化课学习为准。
6. 做好自我监督和膳食营养的合理搭配，注意自身和他人的安全。

### 附录 3:

## 初中体育与健康学业水平考试参考评分标准

### 男生评分标准

表 2

等级	单项得分	必测	体能类选测						技能类选测	
		1000 米(分.秒)	50 米跑(秒)	立定跳远(厘米)	掷实心球(米)	跳绳(次/分)	坐位体前屈(厘米)	引体向上(次)	篮球运球(秒)	排球垫球(次)
优秀	100	3' 40"	7.3	250	12.4	180	21.6	15	9.4	40
	95	3' 45"	7.4	245	11.4	168	19.7	14	10.4	36
	90	3' 50"	7.5	240	9.6	140	17.8	13	12.8	30
良好	85	3' 57"	7.6	233	9.1	130	15.8	12	13.6	28
	80	4' 05"	7.7	225	8.5	125	13.8	11	14.4	25
及格	78	4' 10"	7.9	221	8.2	116	12.4		15.1	23
	76	4' 15"	8.1	217	7.9	110	11	10	15.7	21
	74	4' 20"	8.3	213	7.6	106	9.6		15.8	19
	72	4' 25"	8.5	209	7.4	103	8.2	9	16.4	18
	70	4' 30"	8.7	205	7.0	95	6.8		16.8	17
	68	4' 35"	8.9	201	6.8	91	5.4	8	17.1	16
	66	4' 40"	9.1	197	6.5	86	4		18.3	15
	64	4' 45"	9.3	193	6.1	78	2.6	7	19.4	14
	62	4' 50"	9.5	189	5.8	73	1.2		19.8	12
	60	4' 55"	9.7	185	5.3	64	-0.2	6	20.8	10
不及格	50	5' 15"	9.9	180	5.0	60	-1.4	5	21.6	8
	40	5' 35"	10.1	175	4.6	53	-2.6	4	22.9	6
	30	5' 55"	10.3	170	4.2	46	-3.8	3	24.1	4
	20	6' 15"	10.5	165	3.6	37	-5	2	25.8	3
	10	6' 35"	10.7	160	3.0	28	-6.2	1	27.4	2



女生评分标准

表 3

等级	单项得分	必测	体能类选测						技能类选测	
		800米(分.秒)	50米跑(秒)	立定跳远(厘米)	掷实心球(米)	跳绳(次/分)	坐位体前屈(厘米)	仰卧起坐(次)	篮球运球(秒)	排球垫球(次)
优秀	100	3' 25"	7.9	202	7.8	172	23.5	52	12.0	35
	95	3' 32"	8	196	7.6	155	21.8	50	12.8	31
	90	3' 39"	8.1	190	7.2	133	20.1	48	14.8	25
良好	85	3' 47"	8.4	183	7.1	125	18.4	45	16.5	23
	80	3' 55"	8.7	176	6.9	115	16.7	42	17.8	20
及格	78	4' 00"	8.9	173	6.8	109	15.4	40	19.2	18
	76	4' 05"	9.1	170	6.7	105	14.1	38	20.5	17
	74	4' 10"	9.3	167	6.6	100	12.8	36	20.8	16
	72	4' 15"	9.5	164	6.5	95	11.5	34	21.4	15
	70	4' 20"	9.7	161	6.4	90	10.2	32	22.4	14
	68	4' 25"	9.9	158	6.3	85	8.9	30	22.8	13
	66	4' 30"	10.1	155	6.2	80	7.6	28	23.9	12
	64	4' 35"	10.3	152	6.1	70	6.3	26	25.3	11
	62	4' 40"	10.5	149	6.0	65	5	24	26.2	10
	60	4' 45"	10.7	146	5.9	58	3.7	22	27.1	9
不及格	50	4' 55"	10.9	141	5.8	54	2.9	20	27.8	8
	40	5' 05"	11.1	136	5.4	48	2.1	18	28.8	7
	30	5' 15"	11.3	131	5.0	42	1.3	16	29.9	6
	20	5' 25"	11.5	126	4.5	33	0.5	14	31.2	5
	10	5' 35"	11.7	121	4.0	25	-0.3	12	32.6	4

足球运球评分表

表 4

等级	优秀			良好		及格						不及格				
分值	100	95	90	85	80	78	75	73	70	65	60	50	40	30	20	10
男 (秒)	10.4	10.7	11.0	11.4	11.8	11.9	12.0	12.1	12.2	12.3	12.4	12.9	13.2	14.2	15.3	15.4 及 以上
女 (秒)	11.1	11.5	12.0	12.4	12.8	13.0	13.2	13.4	13.6	13.9	14.2	14.7	15.3	15.9	16.5	16.6 及 以上

#### 附录 4:

### 安徽省\_\_\_\_\_市初中体育与健康学业水平考试免考缓考申请表

学校:

姓名		班级		照片
性别		准考证号		
申请 免试 原因	(附病历、二级或二级以上医院医务证明)			
家长 签名		班主任 签名		学校 意见
目测人 签名				
县市区 教体局 审批意见				

备注:

- 1、申请体育与健康免试考生填写本表一式二份。批准后的申请表，一份进考生档案，一份存学校备查。
- 2、附二级或二级以上医院证明及病历。
- 3、目测人签名至少有 2 人签名。