

岳阳市第五中学

岳阳市第五中学 2021 年自主招生方案

为认真贯彻落实“阳光招生”政策，切实做好我校体育特长生的招生工作，本着公平、公正、公开的原则，结合我校实际，特制订本方案。

一、成立领导小组

组长：刘俊

副组长：朱家盛 陈叙伯 刘勇 卢振华

成员：向斌 杨辉军 周俞慰 陶冶 杨韬略 李辉军

二、招生类别及人数

女子足球专业特长生 ≤ 6 人，其中包括5名球员和1名守门员。身高160CM以上。

男子篮球专业特长生 ≤ 5 人（中锋2人、前锋后卫3人）。中锋身高185cm(含185)以上，前锋身高180cm(含180)以上，后卫身高173cm(含173)以上。

注：特别优秀的考生身高可适当降低要求。

三、报考条件

1. 小学、初中阶段在校表现优异，品行端正，身体状况良好，无心脏病及其他不宜剧烈运动类的疾病。

2. 报名考生应为岳阳市市直、岳阳楼区、岳阳经济技术开发区、南湖新区2021年度应届初中毕业生。

3. 考生必须具备一定的体育专业基础，有体育发展潜质，

如在初中阶段参加市级以上比赛成绩优异的主力队员可优先录取。

四、报名

1. 报名时间：6月21日（上午9点—11点半，下午2点—4点）。报名时需持：（1）一寸标准照片2张；（2）初中学生学籍证或中考准考证；（3）曾获得市级比赛成绩证书；（4）须带学生平安意外保险保单。

2. 报名地点：政教处111办公室

3. 报名完成后领取《岳阳市五中自主招生准考证》，并仔细阅读《准考证》背面的《考生须知》。

五、专业测试

1. 测试时间：

篮球：2021年6月24日上午8点30在宏志楼前坪检录，9点开始测试。

足球：2021年6月24日下午14点在宏志楼前坪检录，14:30开始测试。

2. 测试地点：岳阳市第五中学校内

六、成绩公示

测试结束后，学校将及时在学校网站和相关位置公示专业测试成绩，并将测试结果上报岳阳市教体局。

七、录取

自主招生实施分类录取，“提前批志愿”栏中填报“岳阳市第五中学”特长生志愿。市教体局将根据学生参加岳阳市初中学业水平考试的成绩，结合学生专业测试成绩按中考成绩总分从高到低依次录取，文化成绩不得低于中考总分的60%。未参加相应学校自主招生专业测试的学生不得填报自

主招生志愿，不得参加录取。

八、招生纪律

1、坚持公开、公正、公平原则，坚决贯彻执行岳阳市市直普通高中招生工作领导小组制定的相关政策，招生过程接受上级主管部门和学校纪委监督。

2、招生工作人员和评委严格遵守纪律，不能徇私舞弊。

监督电话：13874011188

岳阳市第五中学

2021年5月28日

岳阳市五中足球特长生测试内容和标准

测试内容：

A. 基本技术测试 (1) 25 米折返跑 (10 分) (2) 30M 跑 (10 分) (3) 20 米定点传球 (20 分) (4) 定点 25 米长传打点 (20 分) (5) 比赛 (40 分)

B. 守门员技术测试

(1) 接扑球 (20 分) (2) 持球踢远 (10 分) (3) 手抛球 (10 分) (4) 身体素质项目：立定三级跳远 (20 分) (5) 比赛 (40 分) 1 《具体评分标准参见《岳阳市第五中学高中足球特长生专业测试办法》

岳阳市第五中学足球特长生专业测试办法

一、队员基本技术测试

1. 25 米折返跑 (10 分) —每五米一个标志，总距离 25 米，从第一个标志出发，次推倒或触及每一个标志返回推倒或触及第一个标志，最后跑回起点结束。计时采用手记时。

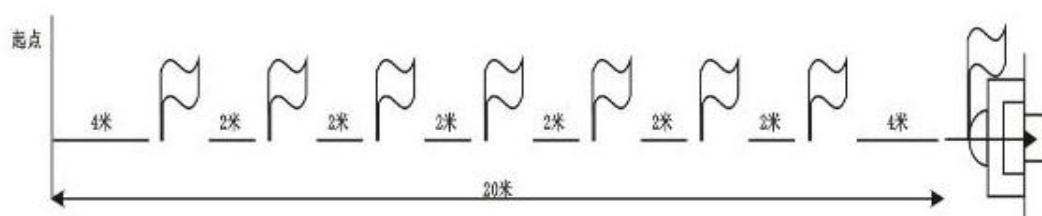
评分见附表 1

2. 30M 跑 (10 分) 两人或多人一组，由考官统一发令起跑，到 30 米终点结束。评分见附表 2.

3. 运球绕杆射门 (20 分) 1、20 米运球绕杆射门 (此项守门员不测)。测试办法：起点至罚球弧顶端距离为 20 米。距起点线 4 米处插第 1 根旗杆，每旗杆间距为 2 米(见图一)。

(1) 考生从起点开始运球，脚触球开表记时。运球逐个绕过标杆后射门。球越过球门线时即停表。

(2) 运球漏杆或未射中球门，均不计算成绩。若射中球门横木或立柱弹回场地内，可补测一次。



(图一)

评分标准：每人测 2 次，每次测试须在 1 分钟内完成，计最好一次成绩。两次机会均没有成绩，可以加测第三次，但在实得分的基础上减 3 分评分。

4. 定点 25 米长传打点 (20 分) 运动员从起点线向前方 25 米处以一米，两米，四米的同心圆进行长传，所传球的落点在半径为一米圆内记 5 分，在两米圆内记 3 分，在四米圆内记 2 分，运动员每人 4 次机会左右脚不限，取最好的 3 次成绩。技术评定 5 分。

5. 比赛将所有参与测试的运动员分成相等的几组进行比赛，守门员参与其中，运动员在比赛中要展现自己的传接球基本技术、身体素质对抗、射门能力、无球跑动以及团队意识。比赛时间为 15 到 20 分钟，最后由测试员对运动员的综合能力进行评价。优秀 40-35 分、良好 35-30 分、一般 30-25、及格 25 分以下。比赛采用五人制比赛或七人制比赛。

二、守门员技术测试

1. 接扑球（20分）由测试员进行10次射门，守门员根据球的线路进行扑救，以每球2分计算。

2. 持球踢远（10分）守门员持球将球踢向远端，可原地可助跑。超过50米计2分、50米到40米之间计1分、40米到30米记0.5分、30米以内不计分。每人5次机会。

3. 手抛球（10分）运动员从大禁区向前方手抛球，35米记2分，30米记1分，25米记0.5分，25米以下不计分。

4. 身体素质项目：立定三级跳远（20分）8米为满分，往下递减每5厘米扣1分。

5. 比赛（40分）守门员在比赛中展示自己的守门员基本技术以及良好的选位能力和身体的反应能力，由测试员给出评价。优秀40-35分、良好35-30分、一般30-25、及格25分到以下。所有测试成绩相等，优先录取发展潜力好的，发展潜力指专项身体基本条件和技术能力（身体协调、平衡、接受能力）根据自身技术特点有提高空间的。

附表1 5×25米折返跑（10分）

分值	女	分值	女
	成绩(秒)		成绩(秒)
10	37”	5	39.5”
9	37.5”	4	40”
8	38”	3	40.5”
7	38.5”	2	41”

6	39”	1	42”
---	-----	---	-----

附表 2 30M 跑 (10 分)

测试方法：受测者采用站立式起跑姿势起跑接加速跑，须穿平底或胶钉鞋，每人测试两次，以最佳成绩计算。

分 值	女	分 值	女
	成绩(秒)		成绩(秒)
1	4.7	5	4.95
9	4.75	4	5.00
8	4.80	3	5.05
7	4.85	2	5.10
6	4.90	1	5.20

附表 3 运球绕杆射门 (20 分)

分 值	女	分 值	女
	成绩(秒)		成绩(秒)
20	10.0	10	12.7
19	10.3	9	13.1
18	10.6	8	13.5
17	10.9	7	13.9
16	11.2	6	14.3
15	11.5	5	14.7
14	11.9	4	15.1
13	12.3	3	15.5
12	12.7	2	15.9
11	13.1	1	16.3

岳阳市五中篮球特长生测试内容和标准

一、身体素质（10分）

助跑摸高：中锋 3.20 米为满分，每下降 2 厘米扣一分。前锋、后卫 3.15 为满分，每下降 2 厘米扣一分。测试两次取最好成绩。

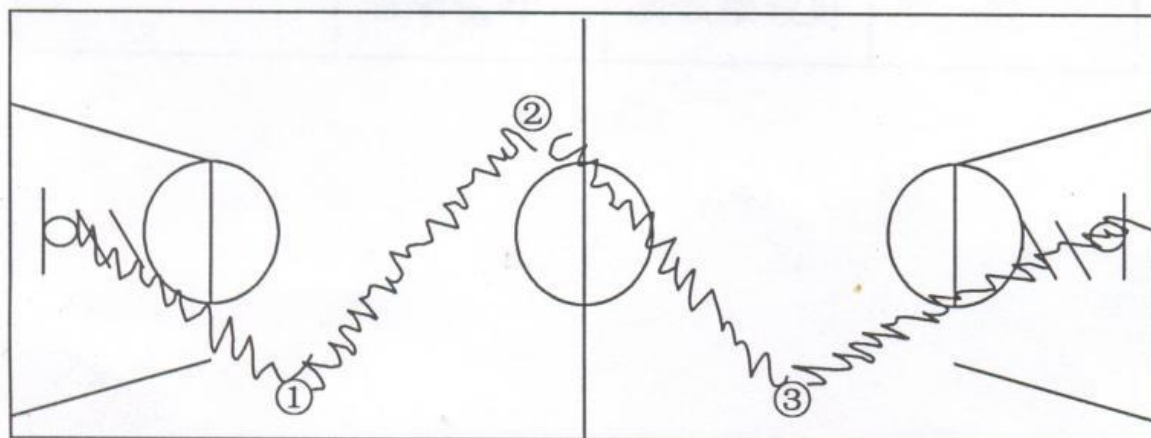
二、基本技术测试（共 30 分）

1、一分钟自投自抢（15分）

测试方法：距篮筐 4.225 米（罚球线）为圆弧外，一分钟自投自抢，投进一球计 1 分，以此类推，满分为 10 分；另外考官根据考生的投篮姿势、手指手腕控制力等技术动作予以评分，技能评分占 5 分，技评按 A、B、C、D、E 五个等级评分。

2、全场综合运球上篮（15分）

测试方法：考生在球场端线中点站立，面向球篮，用右手运球运向①处，在①处做背后运球变向，换手向②方向运球，至②处做左手后转身运球变向，换右手运球至③处，右手跨下运球后左手上篮。球中篮后方可用左手运球返回③处，做背后运球，换右手运球至②处做右手后转身运球变向，运球至①左手跨下运球后右手上篮。回到原处停表。（如图所示）每人测试 2 次，取最好成绩。技评按 A、B、C、D、E 五个等级评分。



篮球基本功评分标准		
全场综合运球上篮	投篮（罚球线）	分数
成绩（秒）	成绩（个）	
21 以内	10	10
21.5	9	9
22	8	8
22.5	7	7
23	6	6
23.5	5	5
24	4	4
24.5	3	3
25	2	2
25.5	1	1
26 及以上	0	0

全场综合运球上篮、投篮（罚篮线）技评办法					
等级	A	B	C	D	E
分数	5	4	3	2	1
运球	运球技术熟练，控制能力强，左右手上篮动作正确且熟练	运球技术熟练，上篮动作基本正确与熟练	能按要求用手完成运球，上篮动作欠正确与熟练	勉强能完成运球，上篮动作不协调	运球失误多，上篮动作出现错误
投篮	投篮动作正确且熟练	投篮动作基本正确与熟练	投篮动作不够正确与熟练	勉强完成投篮动作	投篮动作错误明显

三、对抗比赛（60分）

1. 测试方法：考生根据自己所处的位置充分施展个人的攻防技战术和体能能力，考官对每个运动员进行评分。按优、良、中、差四个等级评分。

2. 评分标准：

- (1) 攻防技术的系统性、熟练性和实用性。
- (2) 各种掩护、策应、传切、突分等基础配合方法掌握的程度、意识和实用效果。
- (3) 快攻意识、移动路线、应变及攻击能力。

- (4) 争抢攻防篮板球的意识、方法和对抗能力。
 - (5) 盯人和联防的基本意识、移动的路线、方法和应变能力，攻防的整体协作意识和精神。
- 最终得分以百分制呈现。

岳阳市第五中学

2021年5月28日