

# 厦门市第十中学 2023 年 高中阶段体育类（田径、篮球）自主招生简章

我校系福建省普通高中课程改革基地建设学校，又是福建省体育篮球传统项目学校，厦门市体育田径传统项目学校。历年来，在市、区级田径和男子篮球比赛中成绩均名列前茅。2012年、2016年代表厦门市参加福建省中小学篮球联赛分别获得初中男子组第一名和第二名；2018年获得福建省“三人篮球赛”第一名、全国30强。为进一步完善运动队队伍的梯队建设，扩大招生选材范围，提高我校田径和篮球运动水平，为我市青少年田径和篮球竞技队伍输送人才，根据《厦门市教育局关于印发厦门市2023年高中阶段学校招生工作方案的通知》（厦教发〔2023〕16号）文件精神，结合我校办学实际和特色，特制定本招生简章：

## 一、招生对象

符合我市普通高中普通生报名条件的集海片考生，且在学籍校有三年完整学习经历的应届初中毕业生。

## 二、招生类别

厦门市初中学生综合素质评价五个维度良好以上，其中“思想品德”“学业水平”“身心健康”“艺术修养”“社会实践”表现突出的学生。

## 三、招生指标

田径特长生5名（男女不限）和男子篮球特长生5名。

## 四、招生组织

### （一）领导小组

组 长：迟建伟

副组长：张秀红、黄志滨

(二) 工作小组

组 长：陈炎辉

成 员：李秀玉、黄政、黄官长、杜耀环、曾舒萌

(三) 监督小组

组 长：陈耀辉

成 员：梁丹明、林跃文

## 五、报名条件

1. 田径特长生：运动与健康维度特别突出，在初中三年内曾获得区级比赛前六名；或者获得市级、省级比赛前八名；或者身体机能好、有田径特长的应届初中毕业生。被我校录取后，必须加入我校田径队，随队训练，代表学校积极参加各级比赛。

2. 篮球特长生：运动与健康维度特别突出，在初中三年内曾获得区级比赛前四名的主力队员；或者市级、省级比赛获得前六名的主力队员；或者身体机能好、有篮球特长的应届初中毕业生。被我校录取后，必须加入我校篮球队，随队训练，代表学校积极参加各级篮球比赛。

## 六、报名须知

(一) 报名时间：5月4日—8日

(二) 报名地点：厦门市第十中学明德楼八楼 810

联系人：杜耀环 电话：0592-6360931

(三) 报名需提交材料：

1. 厦门市第十中学高中阶段体育类自主招生报名表（可从本校网站上下载，用 A4 纸打印）；

2. 户口簿和身份证原件及复印件（身份证正、反一起复印在同一面的 A4 纸上，户口簿个人页和主页一起复印在本 A4 纸

的另一面)；

3. 获奖证书原件及复印件；

4. 半身一寸照片两张；

5. 非本市户口考生还须提供父(母)在厦务工、居住和缴纳社会保险等的合法有效证明。

(四) 注意事项：报考普通高中自主招生(包含体育艺术类自主招生、创新实验类自主招生、保送类自主招生)的考生，只能选报一所学校、一个项目，不得兼报。考生已被艺术类、体育类中等职业学校提前录取的，不得再报普通高中自主招生。

## 七、录取办法

测试合格(合格线为60分)且第一志愿填报体育艺术类自主招生学校的，在投档分不低于招生学校普通生最低录取分数线65%且不低于普通高中最低投档控制分数线的前提下，按特长测试成绩从高分到低分录取。出现末位特长测试成绩同分时，按中考考生投档位次依次录取，录满为止。

## 八、招生程序与时间安排

(一) 资格审核：5月9日-5月10日

(二) 特长测试名单公布：5月11日起在学校网站公布。

(三) 特长测试时间、地点

1. 田径特长测试：5月14日上午8:30，厦门十中大操场。

2. 篮球特长测试：5月14日上午8:30，厦门十中艺体馆。

(四) 特长测试内容

1. 田径特长生：原地推铅球，立定三级跳远，100米跑，800米跑。

2. 篮球特长生：单脚起跳助跑摸高、全场综合运球、90s

罚球、分组比赛。

(五) 测试办法：由集美区教育局统一组织测试。测试评分标准见附件。测试项目的合格线为项目总分值的 60%。测试内容与评分标准见附件 1、附件 2。

(六) 测试说明：

1. 田径特长生：

(1) 100 米、800 米项目在测试中每组起跑时，如出现第一次起跑抢跑犯规，则立即召回本组所有考生重跑，再次抢跑的任一考生则取消该项目考试资格。

(2) 立定三级跳远三次试跳机会，取最好一次成绩。

(3) 原地推铅球项目（男子 5kg，女生 4kg）三次试投机会，取最好一次成绩。

2. 篮球特长生：

(1) 全场综合运球：①必须按规定方法、规定路线，并在规定区域内完成运球。②不得两次运球或走步。③碰到标杆要立即扶起。④凡违反上述要求，裁判立即鸣哨，并要求运动员从违例地点重新开始运球且计时表不停。

(2) 90s 罚球：①测试时用两个球，有两名队员协助传球。传球者移动范围不得超越限制区左右中立区域连线及其延长线，违者第一次警告，其后违例罚中无效。②往返跑时必须有一只脚踩到中线方能返回，否则判违例。此时，听到裁判员鸣哨再去踩中线继续测试，计时表不停。③罚球时，脚踩线投中无效，但算一次罚球。

(3) 实战能力：考评员参照实战能力评分细则（附件 2 中表 2），独立对考生动作的正确、协调、连贯程度，技、战术运

用水平以及配合意识等方面进行综合评定。采用 10 分制评分，分数至多可到小数点后 1 位。

(七) 特长测试合格名单将于 5 月 23 日前在集美区政府网站、厦门十中学校网站公示三个工作日。

本方案最终解释权归厦门市第十中学特长生招生领导小组。

### 九、相关网站网址

1. 集美区政府网站: <http://www.jimei.gov.cn/>

2. 厦门十中网站: <http://xmsz.xmjmedu.com/>

咨询电话: 0592-6360931

监督电话: 0592-6360932

附件: 1. 厦门市第十中学高中阶段体育类自主招生(田径)  
测试内容及评分标准

2. 厦门市第十中学高中阶段体育类自主招生(篮球)  
测试内容及评分标准

3. 厦门市第十中学高中阶段体育类自主招生报名表

厦门市第十中学

2023 年 3 月 28 日

## 附件 1

## 厦门市第十中学高中阶段体育类自主招生（田径）测试内容及评分标准

表一：高中体育类自主招生（田径）男生测试内容及评分标准

男子 100 米		男子铅球		男子 800 米		男子三级跳远	
成绩	分值	成绩	分值	成绩	分值	成绩	分值
11.30	25.00	12.00	25.00	2.03.00	25.00	9.20	25.00
11.37	24.54	11.84	24.51	2.04.39	24.50	9.10	24.29
11.45	24.00	11.67	24.00	2.05.79	24.00	9.00	23.56
11.52	23.53	11.51	23.52	2.07.19	23.50	8.90	22.85
11.60	23.00	11.34	22.99	2.08.58	23.00	8.80	22.14
11.67	22.54	11.18	22.50	2.09.98	22.50	8.70	21.41
11.75	22.00	11.01	21.99	2.11.38	22.00	8.60	20.70
11.82	21.53	10.85	21.50	2.12.77	21.50	8.50	19.99
11.90	20.99	10.68	20.99	2.14.17	21.00	8.40	19.29
11.97	20.52	10.52	20.51	2.15.57	20.50	8.30	18.56
12.04	20.05	10.35	19.99	2.16.97	20.00	8.20	17.85
12.12	19.52	10.19	19.51	2.18.37	19.50	8.10	17.14
12.20	18.99	10.02	19.00	2.19.77	19.00	8.00	16.41
12.27	18.53	9.86	18.51	2.21.17	18.50	7.90	15.71
12.35	18.00	9.70	18.01	2.22.58	18.00	7.80	15.00
12.42	17.53	9.53	17.50	2.23.98	17.50	7.70	14.29
12.50	17.00	9.36	16.99	2.25.38	17.00	7.60	13.59
12.57	16.54	9.20	16.51	2.26.79	16.50	7.50	12.86
12.65	16.00	9.03	15.99	2.28.19	16.00	7.40	12.15
12.72	15.53	8.87	15.51	2.29.59	15.50	7.30	11.45
12.80	15.00	8.70	15.00	2.31.0	15.00	7.20	10.74
12.87	14.54	8.54	14.52	2.32.41	14.50	7.10	10.04
12.95	14.00	8.37	14.01	2.33.81	14.00	7.00	9.31
13.02	13.53	8.20	13.50	2.35.22	13.50	6.90	8.61
13.10	13.01	8.04	13.01	2.36.63	13.00	6.80	7.90
13.17	12.55	7.87	12.50	2.38.04	12.50	6.70	7.20
13.25	12.02	7.70	11.99	2.39.44	12.00	6.60	6.49
13.32	11.55	7.54	11.51	2.40.85	11.50	6.50	5.79
13.40	11.01	7.37	11.00	2.42.30	11.00	6.40	5.09
13.47	10.55	7.21	10.52	2.43.5	10.56	6.30	4.36
13.53	10.16	7.07	10.10	2.45.0	10.03	6.20	3.66

表二：高中阶段体育类自主招生（田径）女生测试内容及评分标准

女子100米		女子铅球		女子800米		女子三级跳远	
成绩	分值	成绩	分值	成绩	分值	成绩	分值
12.80	25.00	9.60	25.00	2.25.00	25.00	7.80	25.00
12.95	24.53	9.45	24.50	2.26.95	24.50	7.73	24.51
13.12	24.00	9.30	24.00	2.28.79	24.00	7.66	24.03
13.28	23.50	9.15	23.50	2.30.68	23.50	7.59	23.54
13.43	23.02	9.00	23.00	2.32.58	23.00	7.52	23.05
13.59	22.52	8.86	22.52	2.34.47	22.50	7.44	22.51
13.75	22.03	8.71	22.02	2.36.37	22.00	7.37	22.03
13.91	21.52	8.56	21.51	2.37.27	21.50	7.30	21.54
14.08	21.00	8.41	21.02	2.40.16	21.00	7.22	20.99
14.23	20.52	8.26	20.51	2.42.06	20.50	7.15	20.51
14.39	20.02	8.11	20.02	2.43.96	20.00	7.08	20.02
14.55	19.53	7.96	19.51	2.45.86	19.50	7.01	19.53
14.71	19.02	7.81	19.02	2.47.76	19.00	6.94	19.06
14.88	18.50	7.66	18.51	2.49.67	18.50	6.86	18.51
15.03	18.02	7.51	18.02	2.51.57	18.00	6.79	18.03
15.20	17.50	7.36	17.53	2.53.47	17.50	6.72	17.54
15.35	17.03	7.20	17.00	2.55.38	17.00	6.65	17.06
15.51	16.52	7.05	16.50	2.57.28	16.50	6.57	16.51
15.68	16.00	6.90	16.00	2.59.19	16.00	6.50	16.04
15.83	15.52	6.75	15.50	3.01.09	15.50	6.42	15.49
16.00	15.00	6.60	15.00	3.03.00	15.00	6.35	15.00
16.16	14.51	6.45	14.50	3.04.91	14.50	6.28	14.51
16.32	14.00	6.30	14.00	3.06.50	14.08	6.21	14.03
16.48	13.51	6.15	13.51	3.08.50	13.56	6.13	13.49
16.64	13.01	6.00	13.01	3.10.5	13.04	6.06	13.01
16.80	12.51	5.85	12.52	3.12.5	12.51	5.99	12.53
16.96	12.02	5.70	12.01	3.14.5	11.99	5.91	11.98
17.12	11.52	5.55	11.52	3.18.0	11.07	5.84	11.51
17.28	11.02	5.40	11.01	3.20.0	10.55	5.77	11.03
		5.24	10.50	3.22.0	10.03	5.70	10.55
		5.12	10.10			5.62	10.00

附件2

## 厦门市第十中学高中阶段体育类自主招生（篮球） 测试内容及评分标准

### 一、测试指标及所占分值

类别	专项素质	专项技术		实战能力
测试指标	单脚起跳助跑摸高	全场综合运球	90s 罚球	分组比赛
分值	20分	20分	20分	40分

### 二、测试方法（要求）与评分标准

#### （一）专项素质

##### 1. 单脚起跳助跑摸高

（1）测试方法：助跑距离为 5 米（45 度角三分线位置），左脚起跳测右手摸高。

要求：每人摸两次，取其最好的一次，为最终成绩。

（2）评分标准（见表 1）。

表 1 评分标准表

得分	单脚起跳助跑摸高 (m)	全场综合运球上篮 (s)	90s 罚球 (分)
100	3.30	15.40	13
95	3.28	15.75	
90	3.25	16.10	12
85	3.24	16.50	
80	3.23	16.90	11
75	3.21	17.34	
70	3.18	17.79	10
65	3.15	18.24	
60	3.13	18.69	9
55	3.10	19.05	
51	3.09	19.53	8
50	3.08	19.63	
45	3.06	20.13	7
40	3.01	20.63	

得分	单脚起跳 助跑摸高 (m)	全场综合 运球上篮 (s)	90s 罚球 (分)
35	2.96	20.83	
30	2.91	21.13	6
25	2.86	21.68	5
20	2.81	22.23	
15	2.76	22.69	4
10	2.71	23.39	3
5	2.66	24.63	

## (二) 专项技术

### 1. 全场综合运球

(1) 测试方法 (要求): B、D 两点位于各距边线边线 3 米并与罚球弧顶平齐之处, C 点在中圈中心, E 点在罚球区第一分位线上, F 点位于罚球线的中点 (如图 1)。运动员听到开始的口令 (同时开表) 从 A 点用右手运球开始, 依次在 B 标杆前 (至少一只脚进入中圈) 做后转身运球, 换成左手运球到 C 标杆前 (至少一只脚进入中圈) 做胯下变向换成右手运球, 过 C 标杆后 (不能两脚都出中圈) 立即做右手胯下变向运球, 接着用左手运球至 D 标杆做后转身运球, 并换成右手运球到按逆时针方向快速运球绕过 E 标杆跑向 C 标杆, 在 C 标杆前 (至少一只脚进入中圈) 做右手背后变向运球, 在用左手向 F 标杆运球, 并在 F 标杆前 (至少一只脚进入中圈) 做左手背后变向运球上篮, 球体中部通过篮圈停表。每人测试 2 次, 取最好成绩。

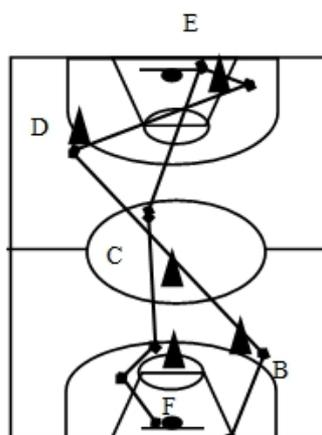


图 1 A

要求: <1>必须按规定方法、规定路线, 并在规定区域内完成运球。  
<2>不得两次运球或走步。<3>碰到标杆要立即扶起。<4>凡违反上述要求, 裁判立即鸣哨, 并要求运动员从违例地点重新开始运球且计时表不停。

(2) 评分标准 (见表 1)

## 2. 90s 罚球

(1) 测试方法（要求）：测试开始时，运动员面向球篮站在罚球线后（一脚紧靠罚球线），听到开始的信号立即跑向中线，一脚踩中线后，立即返回罚球线后接同伴传球连续罚球两次，罚完后在跑至中线踩线后再回到罚球线罚球两次，如此进行，直至 90 秒时间到，计罚中次数，每人测试 2 次，取最好成绩。

要求：<1>测试时用两个球，有两名队员协助传球。传球者移动范围不得超越限制区左右中立区域连线及其延长线，违者第一次警告，其后违例罚中无效。<2>往返跑时必须有一只脚踩到中线方能返回，否则判违例。此时，听到裁判员鸣哨再去踩中线继续测试，计时表不停。<3>罚球时，脚踩线投中无效，但算一次罚球。

(2) 评分标准（见表 1）

### （三）实战能力

#### 1. 分组比赛

(1) 测试方法（要求）：按照篮球比赛规则，视考生人数分队进行比赛。

要求：考评员参照实战能力评分细则（表 2），独立对考生动作的正确、协调、连贯程度，技、战术运用水平以及配合意识等方面进行综合评定。采用 10 分制评分，分数至多可到小数点后 1 位。

(2) 评分标准（见表 2）

表2

等级（分值范围）	评价标准
优（10-8.6分）	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、实战效果较好。
良（8.5-7.6分）	动作正确，协调；技术运用合理、运用效果好；战术配合意识强、实战效果较好。
中（7.5-6分）	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、实战效果一般。
差（6分以下）	动作不正确，不协调；技术动作不合理、运用效果较差；战术配合意识差、效果较差。

## 附件 3

## 厦门市第十中学高中阶段体育类自主招生报名表

 报考类别：篮球 田径      中考报名号(由学籍校提供)：\_\_\_\_\_

学籍所在校				户口所在地			贴 1 寸 正面半身照
考生姓名		性别		民族		担任学生 干部职务	
是否团员		出生年月			联系人		
身份证号				联系电话			
家庭地址							
<b>家庭主要成员</b>							
称谓	姓名	职业	工作单位				
<b>初中阶段基本情况</b>							
综合素质评价五个维度评价情况： 思想品德 (            ) 学业水平 (            ) 身心健康 (            ) 艺术修养 (            ) 社会实践 (            ) 总评 (            )					考生所 在学校 德育科 确认	(德育科盖章)	
初三上学期 全市质检 考试成绩	语文	数学	英语	6 科 原始 总分	考生所 在学校 教务科 确认	该生系我校正式学 籍学生,其初三上学期质 检成绩属实。 (教务科盖章)	
	物理	化学	政治				
<b>主要特长介绍</b>				<b>初中阶段主要获奖情况记录</b>			
1.身高臂长情况(报考篮球项目的考生填报): 身高: _____厘米, 臂长: _____厘米。 2.主要特长介绍(含其他需要说明的情况):							
				报 名 资 格 审 核 意 见	签 章:		

说明: 考生应如实填写本表, 并提供有关证明及奖状、证书原件、复印件。