

湖南理工学院南湖学院 2025 年专升本考试

《体育综合》考试大纲

《体育综合》测试考生的专项运动技能。

一、考试方式

考试形式：测试。

总分：200 分。折算办法：得分=（按百分制得分/100）×200 分。

项目：田径、篮球、足球、健美操（含体育舞蹈）、武术（含跆拳道）。

考生报名时在以上项目中选择 1 个项目为测试项目。

二、项目测试内容及分值、测量方法及评定方法、百分制项目评分标准（见下表）

三、考试的有关要求

1. 考生须自备测试用具：钉鞋、武术器材、球拍、服装等，招生学校只提供场地。
2. 严禁使用兴奋剂。

项目：田径					
名称	测试内容及总分	测量方法及评定方法	项目评分标准		备注
田 径	男子：100 米、铅球、跳远 女子：100 米、铅球、跳远 总分：100 分	1.考生自选任意 1 个擅长项目测试。 2.径赛项目采用蹲踞式起跑方式，测试 1 次。 3.跳远项目每人 3 次试跳，取最优成绩计分。 4.铅球项目每人 3 次试投，取最优成绩计分。 5.测试办法按最新《田径竞赛规则》执行。	项目	场地与器械规格	1.评分标准见附件。 2.径赛项目起跑犯规规则采用田径全能比赛中径赛项目规则。
			跳远	男女均使用 3 米板	
			铅球	男子 7.26 公斤、女子 4 公斤	

项目：篮球					
名称	测试内容及总分	测量方法及评定方法	项目评分标准		备注
篮 球	少于 10 人进行三人制半场比赛 多于 10 人进行五人制全场比赛 比赛时间：5 分钟 总分：100 分	1.攻、防技术运用很合理、非常熟练，战术意识强，协同配合效果好，战术运用合理、实用。 2.攻、防技术运用较合理、较熟练、战术意识较强，协同配合较默契，战术运用较合理，较实用。 3.攻、防技术运用基本合理，不够熟练，协同配合较好，攻防战术运用基本合理实用，效果一般。 4.攻、防技术运用不合理，协同配合能力很差，攻防战术运用出现明显错误。	等级	分值范围	
			优秀	90-100 分	
			良好	80-89 分	
			中等	60-79 分	
			差	60 分以下	

项目：足球

名称	测试内容及总分	测量方法及评定方法	项目评分标准		备注
足球	少于 10 人组织五人制比赛，多于 10 人少于 16 人进行五人制比赛，多于 16 人少于 22 人进行八人制比赛 总分：100 分	1.优秀：战术意识水平表现突出，位置攻守职责完成很好，对抗情况下技术动作运用及完成合理、规范，比赛作风顽强、心理状态非常稳定。	优秀	90-100 分	
		2.良好：战术意识水平表现好，位置攻守职责完成好，对抗情况下技术动作运用基本合理、完成动作基本规范，比赛作风好、心理状态稳定。	良好	80-89 分	
		3.中等：战术意识水平表现较好，位置攻守职责完成较好，对抗情况下技术动作运用比较合理、完成动作比较规范，比赛作风较好、心理状态较稳定。	中等	70-79 分	
		4.及格：战术意识水平表现一般，位置攻守职责完成一般，对抗情况下技术动作运用一般、完成动作一般，比赛作风一般，心理状态一般。	及格	60-69 分	
		5.不及格：战术意识水平表现差，位置攻守职责不清楚，完成很差，对抗情况下技术动作运用不合理、完成动作不规范，比赛作风差，心理状态差。	不及格	60 分以下	

项目：武术（含跆拳道）

名称	测试内容及总分	测量方法及评定方法	项目评分标准		备注
武术	武术套路、跆拳道组合技术（踢靶） 总分：100 分	1.独立演练武术套路或跆拳道组合技术动作。	等级（分值）	标准	注：参照《2019 年国际武术竞赛规则》。
		2.合理安排能体现个人能力的难度动作。	优秀（90-100 分）	动作质量高，演练水平高，难度动作水平高。	
		3.演练时间不超过 1 分 30 秒。	良好（80-89 分）	动作质量较高，演练水平较高，难度动作水平较高。	
		4.考生必须遵守武术、跆拳道礼仪，穿武术、跆拳道服装考试。	中等（70-79 分）	动作质量一般，演练水平一般，难度动作水平一般。	
			及格（60-69 分）	动作质量一般，演练水平一般，难度动作水平差。	
			差（60 分以下）	动作质量差，演练水平差，难度动作水平差。	

项目：健美操（含体育舞蹈）					
名称	测试内容及总分	测量方法及评定方法	项目评分标准		备注
健美操	自编成套动作展示：统一播放音乐或考生自己喊口令完成，时间为1分钟以内。 总分：100分	自编成套动作要求： 1.自行编排一套符合最新国际竞技健美操、大众健美操、啦啦操、体育舞蹈（拉丁五支舞选其一）评分规则要求的成套动作（选择其中1项）。 2.在成套中均衡合理安排能展示个人能力的难度动作。 3.面向、路线、空间、场地等运用合理。 4.考生考试时应按项目要求正确着装。 5.动作要求规范，协调连贯，成套动作展示个人的体力、耐力与表现力。	等级（分值范围）	评分标准	
			优秀（90-100分）	成套动作完美呈现	
			良好（80-89分）	成套动作展现高水平	
			中等（70-79分）	成套动作展现良好水平	
			及格（60-69分）	成套动作展现中等水平	
			不及格（60分以下）	成套动作展现低水平	

附件：

田径项目评分标准

男子评分标准			分值	女子评分标准		
100 米（秒）	跳远（米）	铅球（米）		100 米（秒）	跳远（米）	铅球（米）
10.70	7.20	13.50	100	12.50	5.35	12.50
10.71	7.19	13.49	95	12.51	5.34	12.49
10.72	7.18	13.48	90	12.52	5.33	12.48
10.73	7.17	13.47	85	12.53	5.32	12.47
10.74	7.16	13.46	80	12.54	5.31	12.46
10.75	7.15	13.45	75	12.55	5.30	12.45
10.76	7.14	13.44	70	12.56	5.29	12.44
10.77	7.13	13.43	65	12.57	5.28	12.43
10.78	7.12	13.42	60	12.58	5.27	12.42
10.79	7.11	13.41	55	12.59	5.26	12.41
10.80	7.10	13.40	50	12.60	5.25	12.40
10.81	7.09	13.39	45	12.61	5.24	12.39
10.82	7.08	13.38	40	12.62	5.23	12.38
10.83	7.07	13.37	35	12.63	5.22	12.37
10.84	7.06	13.36	30	12.64	5.21	12.36
10.85	7.05	13.35	25	12.65	5.20	12.35
10.86	7.04	13.34	20	12.66	5.19	12.34
10.87	7.03	13.33	15	12.67	5.18	12.33
10.88	7.02	13.32	10	12.68	5.17	12.32
10.89	7.01	13.31	5	12.69	5.16	12.31
≥10.90	≤7.00	≤13.30	0	≥12.70	≤5.15	≤12.30