

2024 年卢湾高级中学招收市级优秀体育学生 资格确认工作方案

一、招生项目

网球项目

二、招生计划

网球项目：2 人，男女兼收。



学校公众号

三、报名条件

具有 2024 年本市中招报名资格并完成报名，且具备以下条件之一的学生。

（一）自 2021 年 9 月 1 日起获得市教育、体育行政部门认可，并与招生学校项目对口的市级及以上体育比赛个人项目前 5 名的学生（参见《2024 年上海市市级优秀体育学生市级体育赛事认定目录》）。

（二）自 2021 年 9 月 1 日起获得本市由各区教育、体育行政部门举办并与招生学校项目对口的区级体育比赛个人项目第 1 名的学生（须填写《2024 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生区级赛事报考资格认定表》（以下简称《认定表》），并经毕业学校报区教育、体育行政部门同意）。

四、报名办法

（一）符合报名条件的学生可填写《2024 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生资格确认报名表》（以下简称《报名表》）报名。报名学生名单须在毕业学校集中公示 5 个工作日。

（二）填写《报名表》的学生须在 4 月 10 日（星期三）前登录卢湾高级中学公众号（与本人手机绑定）报名，须按要求填写个人相关信息，并将《报名表》、公示证明及相关成绩证明材料（奖状、证

书或成绩册与秩序册等，获得区级赛事相关成绩的须另外提交《认定表》）拍照上传，提交至 3492332763@qq.com，咨询电话 63056336。

（三）收到报名材料后，我校将对相关学生是否符合报名要求进行审核，审核通过将发电子准考证，对不符合报名要求的学生短信通知并按要求进行材料补交等，如审核通过将发电子准考证。

五、组织领导

（一）优秀体育学生招生领导小组

组 长：何 莉

副组长：周雯婕 吴建华

（二）优秀体育学生招生工作小组

组 长：吴胜荣 王莎莎

组 员：张燕静 朱戌英 程 骏 朱明建 高 欣

（三）资格确认评审工作专家小组

校外专家 3 名，由市级专家库中抽取。

校内专家 2 名。

六、资格确认的组织与要求

（一）资格确认时间

4 月 13 日 9:00

（二）资格确认地点

上海市卢湾高级中学操场

（三）资格确认组织与要求

1. 报到时间与地点：

报到时间：4 月 13 日 8:30

报到地点：黄浦区斜土路 885 号（上海市卢湾高级中学正门）

2. 报到要求：

8:30 前凭电子准考证、学生证（或身份证）、携带网球拍等在学

校门口进行报到。

3. 测试分组：

学生按照报名顺序以及实际报到人数分组进行。

4. 测试顺序及开始时间：

8:45 热身及准备活动，9:00 开始测试（按照专项素质、专项技术及心理素质、技能评价的内容和顺序进行）。

5. 测试场地布置：

场地为标准网球场，长 23.77 米，宽 8.23 米，球网中间高度 0.914 米，网柱高 1.07 米。离场地最近的围网距离边线不少于 3.6 米，底线距离围网不低于 6.4 米。场边无易造成伤害事故的坚硬物体或其他安全隐患，有安全出口和紧急疏散通道。

6. 测试人员及分工：

(1) 专家及分工：市级选派专家为测试组组长，抽调专家 1 人负责定量项目测试，抽调专家 1 人负责定性项目测试。

(2) 工作人员及分工：学校专家 1 人协助定量测试，学校专家 1 人协助定性测试；其余相关工作人员做好物资保障、场地布置等相应工作。

7. 测试用具准备：

网球为标准比赛用球。网球的数量、标志盘、标志带、皮尺、计时器（秒表）等器材根据考试内容和人数配备。医用急救包 1 套，全程录像设备 1 套。

8. 安保人员配备：

安保 2 人，协助管理保持测试场地封闭状态。

9. 其它要求：

(1) 考生着装要求：着运动装、运动鞋，不佩戴首饰和尖锐刺物。

(2) 考区卫生要求：保持场地干净、整洁、卫生，符合疫情防控要求；卫生人员 1 人全程在场。

(3) 携带手机要求：考生、测试人员、工作人员测试过程中不得携带并使用手机。

(4) 录像监控要求：整个测试过程全程录像；测试场地全景摄制，测试各流程跟随拍摄。

(5) 场地封闭要求：测试场地无关人员不得靠近和进入；测试学生、测试人员不随意进出测试场地、不提前离场。

(四) 资格确认内容、方法与标准

1. 专项素质（定量评价 30%）

(1) 力量素质(上半身力量耐力测试—俯卧撑、握力测试)(10%)

上半身力量耐力测试—俯卧撑

测试方法：运动员双下肢伸直并拢，足尖靠拢着地，双手放在双肩下着地，身体成一直线俯卧姿势；双上肢用力，将身体推起离开地曲致双臂完全伸直；运动员放下身体直到下颌与胸部触地，此时从头致足趾应成直线：整个动作过程中只有手臂和肩部用力。

评分：记录 1 分钟完成标准动作的次数。

握力测试

测试方法：开始前将握力器调至 0；调节握力器手柄，使运动员以最佳方式握住握力器手柄；运动员脚跟、臀和背部靠墙站立，测试臂向前伸直，手掌向内；运动员以最大力量握紧握力器手柄，同时手臂旋转 180 度保持 3 秒钟，保持手臂伸直；另一侧手臂重复相同动作完成测试。

评分：记录测试成绩精确到 0.5 千克；每侧手臂测 2 次，记录每侧的最好成绩。

评价标准：

表 8-4 网球运动员的力量测试成绩标准

	12 岁 男孩 组	12 岁 女孩组	14 岁 男孩组	14 岁 女孩组	16 岁 男孩组	16 岁 女孩组	专业组 男性	专业组 女性
俯卧撑	33	26	36	28	40	25	47	30
握力测 试	24	25	33	30	47	34	60	40

(2) 速度素质 (50 米) (10%)

测试要求：每人 2 次测试机会，记录 50 米最好成绩。

评价标准：参照国家体质健康测试标准高一年级进行测试评分。

分值	男	女
100	7.1	7.8
95	7.2	7.9
90	7.3	8
85	7.4	8.3
80	7.5	8.6
78	7.7	8.8
76	7.9	9
74	8.1	9.2
72	8.3	9.4
70	8.5	9.6
68	8.7	9.8
66	8.9	10
64	9.1	10.2
62	9.3	10.4
60	9.5	10.6

(3) 耐力素质 (男 1000 米、女 800 米) (10%)

测试要求：男女分组进行，1 次测试机会，记录每人成绩。

评价标准：参照国家体质健康测试标准高一年级进行测试评分。

分值	男	女
100	3' 30	3' 24
95	3' 35	3' 30
90	3' 40	3' 36
85	3' 47	3' 43
80	3' 55	3' 50
78	4'	3' 55
76	4' 05	4'
74	4' 10	4' 05
72	4' 15	4' 10
70	4' 20	4' 15
68	4' 25	4' 20
66	4' 30	4' 25
64	4' 35	4' 30
62	4' 40	4' 35
60	4' 45	4' 40

2. 专项技术及心理素质 (定性评价 50%)

(1) 底线技术 (正反手击球 15%)

测试要求：原地正反手交替击打 10 个底线球，按照击球的精准度、力度和成功率计分。

(2) 网前技术（正反手截击 10%）

测试要求：从中线和发球线交叉点处作分腿垫步，正反手交替截击 8 个球，根据球的精准度、力度和成功率计分。

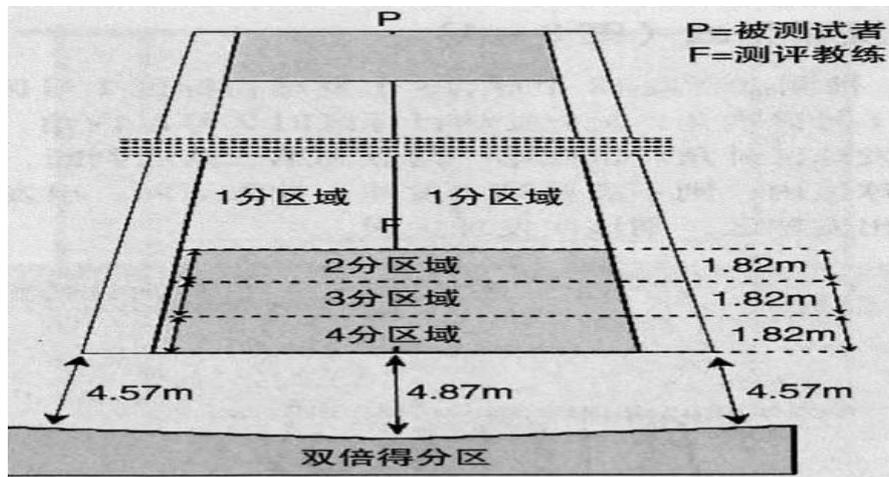
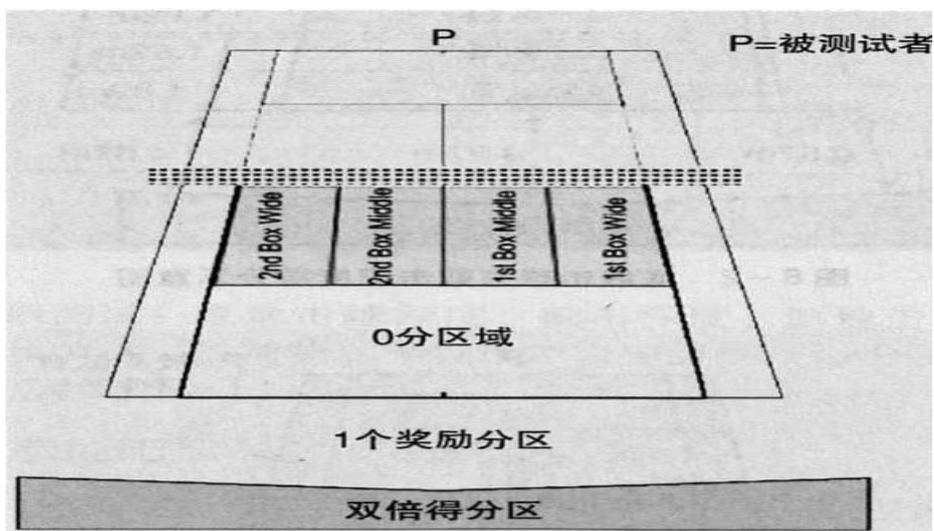


图 8-2 底线击球与截击深度得分示意图

(3) 发球（一发二发 15%）

测试要求：发 12 个球，每 3 个球为一组发 4 个不同目标区，分别为 1 号区内角、1 号区外角、2 号区内角、1 号区外角；依照第一落点和第二落点判断，如果发球第一落点在发球区内，则不需要第二发球；如果下网、出发球区、触网后第一落点出发球区，则该次发球失误。



(4) 心理素质（击球命中率 10%）

测试要求：原地正反手交替击打 6 个直线球、6 个斜线球，根据球的精确度、力度和成功率计分。

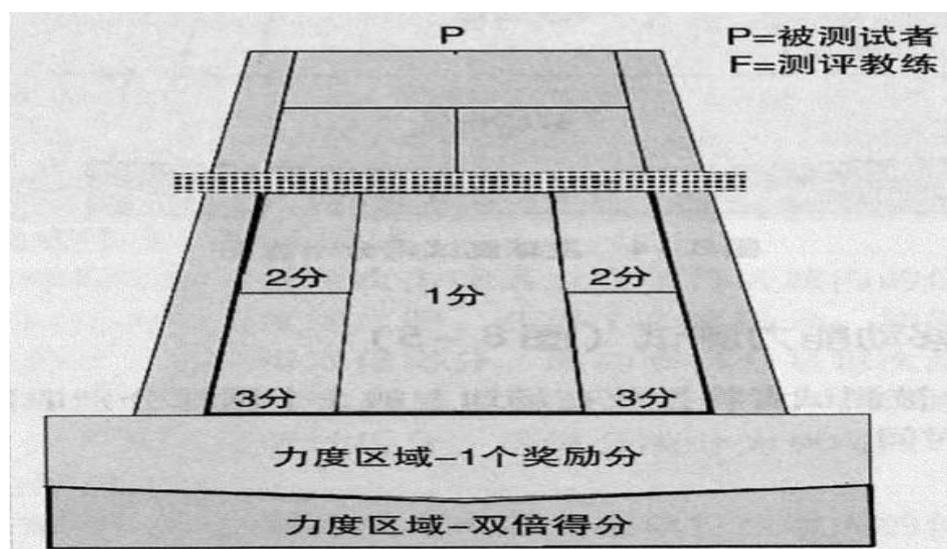


图 8-3 底线击球精度测试得分示意图

专项技术及心理素质评价标准：参照国家体育总局青少年体育司和国家体育总局网球运动管理中心联合编制的《中国青少年网球训练教学大纲》第八章第二节中的技术测试方法进行测试和评价。

3. 技能评价（定性评价 20%）

按照技术的合理性、动作的熟练性、身体的协调性、击球的实效性、步法五个指标进行评价，评价范围为专项技术及心理测试过程。

技能评价采用定性的方式，评测专家根据专项技术及心理测试的表现，将测试对象的技术动作分为好、较好、一般、较差、差五个档次，并给出相应的档次分。在评测时做到客观、公正、全面。

七、资格确认结果公示

资格确认将按招生规模的 2 倍择优通过（学生人数不足招生规模 2 倍的，如数通过），通过学生名单将在 4 月 22 日（星期一）至 4 月 26 日（星期五）在招生学校校园网公示 5 个工作日。

八、健康安全管理

(一) 资格确认前：学校在落实市教委发布的相关工作要求的基础上，对所有考务相关人员及考生健康状况等进行排摸，确保完成自我健康管理等要求。

(二) 资格确认当天：所有考生与考务相关人员做好个人健康防护。测试在室外开阔、通风良好的学校操场进行。提前做好测试场地设施清洁消毒和安全检查。

(三) 异常情况处理：如有考生出现体温超过 37.3℃ 或干咳、胸闷、气促、乏力、腹泻等异常症状或意外事故，及时上报并依照学校应急预案进行处理。

九、应急预案

(一) 如资格确认遇风雨等恶劣天气，资格确认地点移至学校文体中心三楼进行。

(二) 如考生发生意外事故，及时救护并联系监护人，必要时情况下联系医疗机构，并上报上级主管部门。

十、监督保障

(一) 加强监督检查

市、区两级教育、体育行政部门和招考机构负责指导、监督相关学校开展招收优秀体育学生的相关工作。建立市级专家库，开展优秀体育学校招生工作的专项评估和监督检查。强化内部监督和社会监督，严格执行招生利益方回避制度，确保优秀体育学生招生相关工作须利进行。

(二) 落实信息公开

加大信息公开力度，全面、及时、准确公布招收优秀体育学生工作相关信息，主动接受社会监督。

(三) 严查违规违纪

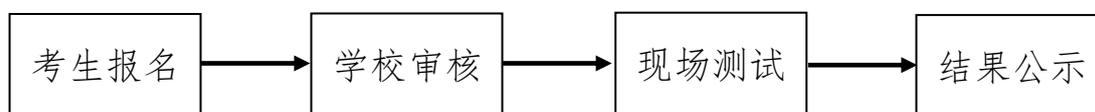
建立违规招生行为负面清单制度，加大对赛事成绩证书、获奖证书等材料核查力度。对在招生中违规违纪的相关人员给予相应处理，违纪违规的学生取消市级优秀体育学生资格及签约预录取，情节严重的依规依纪移送纪检监察部门进行严肃处理。

校级监督电话：63059964 联系人：顾老师

区级监督电话：33134800-中学教育科

十一、其他：

1. 资格确认工作流程



2. 学校公众号



学校公众号

十二、附件：

报名表

上海市卢湾高级中学

2024年3月12日

附件

2024 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生资格确认报名表

学生所在区：_____ 毕业学校：_____ 学生报名号：_____

姓名		性别		身高		体重		出生日期	年 月 日
训练项目		专项		是否已在国家体育总局注册				注册号	
家庭地址				电话				邮编	
报名学校				身份证号				上海学籍号	
个人特点 运动经历									
主要 比赛 成绩	竞赛名称			时间	地点	取得成绩（名次）		证明人或推荐人	
								年 月 日	
毕业学校 意见		已公示 5 个工作日，同意该生报名。 签字（盖章）： 年 月 日			招生学校 意见		已公示 5 个工作日，同意该生通过资格确认。 签字（盖章）： 年 月 日		
区青少年体育工作 联席会议办公室（体教 融合办公室）意见		签字（盖章）： 年 月 日			市青少年体育工作 联席会议办公室意见		签字（盖章）： 年 月 日		

注：本表一式六份，由市、区教育局、体育行政部门、区招考机构、招生学校各留一份。比赛成绩证明须另附页。若报名两所学校，须填写两张报名表。