

郑州市第一中学

2022 年体育艺术后备生招生方案（线下）

一、学校简介

郑州市第一中学始创于 1949 年 3 月 5 日，是一所具备丰厚的历史积淀，独特的精神内涵，以关注学生智慧与灵魂为学校文化内核，充满创新精神，能够培养具有国际视野的拔尖人才，拥有核心竞争力的国内名校，在国际享有一定知名度。学校体育已形成较完整的制度与体系，作为田径、男子篮球、男子足球、航模省级传统项目学校、全国青少年校园篮球特色学校、全国青少年校园足球特色学校，学校非常重视学生个性化发展，选配高水平的教练员队伍，坚持日常训练和以赛促练相结合，成绩突出。

二、招生工作小组

组 长：吴建财

副组长：郑梅花 方金平 袁全超 张予进

组 员：朱正海 曹恒阁 淡海彬 李 爽 陈 琳 贾艳彬
宋 丽 沈 速 卢士杰

职 责：负责制定招生方案及细则，对招生工作进行指导、宣传、监督、实施。

三、招生计划

学校计划招收体育后备生:男子篮球5人、男子足球10人、田径4人、航模3人,共22人,参照中招学业成绩、现场测试成绩、初中阶段获得市级以上教育、体育行政部门荣誉及学校推荐情况综合确定录取。如果某一项目计划未完成,不得用于其他项目的招生。

四、报名资格、方式、时间

(一) 考生符合下列条件可以报名

1. 郑州市市区初中学校在籍就读的应届初中毕业生;具有郑州市市区常住户口(金水区、中原区、二七区、管城区、惠济区、高新区、经开区、郑东新区、航空港区),在郑州市区以外学校就读的应届初中毕业生。

2. 2019年小升初体育艺术后备生;在初中阶段参加各级教育、体育、文化行政部门主办的体育艺术活动的考生;未参加体育艺术活动但具备一定专业基础的考生可由毕业学校推荐取得报名资格。

(二)、报名方式、时间

1. 中招志愿填报

中招志愿填报时间:2022年5月22日—25日。体育艺术后备生考生所报的体育艺术后备生志愿学校须与中招第一志愿学校一致。

2. 后备生网上报名

符合报名资格的考生可于5月30日8:00开始登录后备

生招生平台（hbs.zzedu.net.cn）完成注册和报名。

（1）在籍考生按照后备生招生平台提示，输入身份证号和姓名完成在籍生校验，校验成功后，输入有效手机号完成账号注册及在线报名。

（2）本市户口在外地就读需回郑参加体育艺术后备生招生的考生按照招生平台提示，输入身份证号、姓名和手机号完成账号注册，根据平台提示上传近期免冠照片及户口本、身份证扫描件进行审核。

五、测试内容、测试时间、地点、评分标准

（一）篮球项目

测试内容：5.8米×6折返跑、摸高、传球、往返运球；
教学比赛

1. 专项身体：5.8米×6折返跑（10分）

（1）前锋后卫 5.8×6折返跑评分标准

项目成绩	分值
（前锋后卫）	
5.8×6折返	总分 10
8秒	10
8秒5	9

9 秒	8
9 秒 5	7
10 秒	6
10 秒 5	5
11 秒	4
11 秒 5	3
12 秒	2
12 秒 5	1
13 秒	0

(2) 中锋 5.8 × 6 折返跑评分标准

项目成绩 (中锋)	分值
5.8 × 6 折返	总分 10
11 秒	10
11 秒 5	9
12 秒	8
12 秒 5	7
13 秒	6

13 秒 5	5
14 秒	4
14 秒 5	3
15 秒	2
15 秒 5	1
16 秒	0

2. 专项技术

(1) 前锋、后卫传球 (10 分) :

测试方法：考生站在对侧罚球线，脚不得超过罚球线，用双手胸前或单手传球法向合理冲撞区内传球，直接进圈内得 1 分，共 10 个球

评分标准：

传 球 (个)	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0
分 值 (分)	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0

(2) 中锋摸高评分标准

项 目 成 绩	分 值
------------	-----

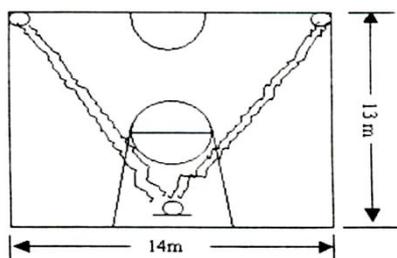
(中锋)	
摸高 (米)	总分 10
3.20	10
3.17	9
3.15	8
3.13	7
3.12	6
3.11	5
3.10	4
3.09	3
3.08	2
3.07	1
3.05	0

3. 往返运球上篮（10分）

测试方法：由球场右侧边线中点开始，面向球篮以右手运球上篮，同时开始计时；途中可以左右手交换，右侧上篮必须右手，左侧上篮时必须左手，球投中篮后，运球至左侧边线中点；然后折转运球上篮；投中篮后，运球回原起点；同样再重复上述运球投篮一次，再回到原起点停表。（见图）

要求：连续运球，必须投中篮后，才能继续运球，投不中要继续

补投，直到投中；投篮的手（左手投或右手投）不加限制；没有完成左右手上篮的时间增加 3 秒，违例的时间增加 3 秒。没有踩到圈内得增加 1 秒。



(1) 前锋、后卫往返运球上篮评分标准

项目成绩 (前锋后卫)	分值
半场运球 (秒)	总分 10
31 秒	10
31 秒 5	9
32 秒	8
32 秒 5	7
33 秒	6
33 秒 5	5
34 秒	4

34 秒 5	3
35 秒	2
35 秒 5	1
36 秒	0

(2) 中锋往返运球上篮评分标准

项目成绩 (中锋)	分值
半场运球 (秒)	总分 10
35 秒	10
35 秒 5	9
36 秒	8
36 秒 5	7
37 秒	6
37 秒 5	5
38 秒	4
38 秒 5	3
39 秒	2
39 秒 5	1
40 秒	0

4、比赛测试（70分）

测试方法：按照篮球比赛规则，视考生人数分队进行比赛。

等级（分值范围）	评价标准
优（50--70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、实战效果好。
良（30--40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、实战效果好。
中（10--20分）	动作基本正确，协调；技术基本运用合理、运用效果一般；战术配合意识一般、效果一般。
差（10以下）	动作不正确，不协调；技术动作不合理、运用效果差；战术配合意差、实战效差。

（二）男子足球项目

测试内容：30米跑；足球颠球；运球绕杆射门；教学比赛。

1. 身体素质：30 米跑（10 分）

测试方法：

（1）每人测试一次，在足球场进行，起点启动开表，冲过终点停表。

（2）测试以时间评定成绩。

评分标准（见表）

分值	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0
成绩 (秒)	4.1	4.2	4.3	4.4	4.5	4.6	4.7	4.8	4.9	5.0	>5.0

2. 专业技术（20 分）

（1）足球颠球（10 分）

测试方法：

①受测者连续颠球，按次计数。

②受测者颠球时，可以用脚挑起球或手抛球开始，如球落地则此次测试结束。

③每人两次测试机会，取最好一次成绩为最终成绩。

④每颠一球为 0.125 分，以此类推；连续颠球 80 个计满分。

（2）运球绕杆射门（10 分）

测试方法：

①测试球放在起点线上，球动即开表计时，当足球整体

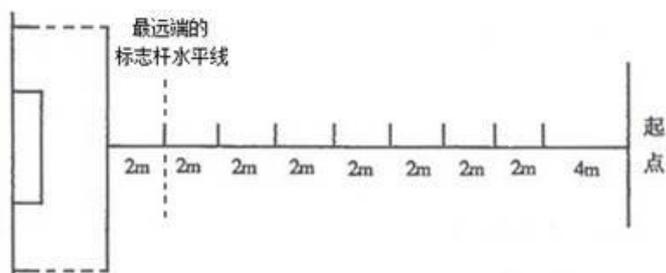
过球门线即停表（不得漏杆，如有漏杆则该次测试成绩无效），足球未进球门该次成绩无效。

②每人两次测试机会，左右脚不限制，取最好的一次为最终成绩。

③测试以时间评定成绩。

评分标准：

分值	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0
成绩 (秒)	8.0	8.1	8.2	8.3	8.4	8.5	8.6	8.7	8.8	8.9	>8.9



3. 教学比赛（70分）：

（1）测试方法：

根据考生人数和具体情况进行分组比赛，采用十一人制比赛，测试考生在实战中技战术运用的能力。每场比赛时间，以能够全部观察了解每个考生的情况而定。（注：请学生自备足球鞋一双）

（2）技评内容：

①身体条件和个人攻防技术的特长。

②个人攻防技术能力：通过比赛，观察考生个人攻防技术运用的合理性、熟练程度。

③整体战术配合意识和个人技术能力。

评分标准：

标准	优：较好体现以上三项技评内容	良：较好体现以上两项技评内容	及格：三项中有一项完成稍好	不达标：未能完成技评
分数	50—70	30—40	10—20	0

4. 守门员测试项目：

(1) 手接球（20分）：

①两侧扑球各5次（10分，少一次扣2分）

②接高低球各5次（10分，少一次扣2分）

(2) 身体素质 30 米跑（10分）、教学比赛（70分）（测试方法与测试标准同上）

(三) 田径项目

测试内容：

径赛：100米、200米、400米。

田赛：铅球（男5千克、女4千克）。

根据个人特长任选一个单项进行考试。

田径测试办法：

1. 径赛（100 米/200 米/400 米）采用一次性比赛，使用手计时，必须使用起跑器采用蹲踞式起跑方式，发令为三个口令（各就位，预备，鸣枪），记取成绩换算成得分。

2. 田赛铅球（男 5 千克、女 4 千克）三次试投机会，记取最好成绩，换算成得分。

考试办法均按田径单项竞赛规则进行。

男子径赛评分标准

分值	100 米 (秒)	200 米 (秒)	400 米 (秒)
100	11.1	22.8	51.51
99	11.14	22.88	51.65
98	11.18	22.96	51.8
97	11.22	23.04	51.95
96	11.26	23.12	52.1
95	11.3	23.2	52.25
94	11.34	23.28	52.4
93	11.38	23.36	52.55
92	11.42	23.44	52.7
91	11.46	23.52	52.85
90	11.5	23.6	53

89	11.53	23.65	53.11
88	11.56	23.7	53.22
87	11.59	23.75	53.33
86	11.62	23.8	53.44
85	11.65	23.85	53.55
84	11.68	23.91	53.66
83	11.71	23.97	53.77
82	11.74	24.03	53.88
81	11.77	24.09	53.99
80	11.8	24.15	54.1
79	11.83	24.21	54.21
78	11.86	24.27	54.32
77	11.89	24.33	54.43
76	11.92	24.39	54.55
75	11.95	24.45	54.67
74	11.98	24.52	54.79
73	12.01	24.59	54.91
72	12.04	24.66	55.03
71	12.07	24.73	55.15
70	12.1	24.8	55.27
69	12.13	24.87	55.39

68	12.16	24.94	55.51
67	12.19	25.01	55.63
66	12.22	25.08	55.75
65	12.25	25.15	55.87
64	12.28	25.22	55.99
63	12.31	25.29	56.11
62	12.34	25.36	56.24
61	12.37	25.43	56.37
60	12.4	25.5	56.5
59	12.43	25.57	56.63
58	12.46	25.64	56.76
57	12.49	25.71	56.89
56	12.52	25.78	57.02
55	12.55	25.85	57.15
54	12.58	25.92	57.28
53	12.61	25.99	57.41
52	12.64	26.06	57.54
51	12.67	26.13	57.67
50	12.7	26.2	57.8

女子径赛评分标准

分值	100 米	200 米	400 米
100	12.44	26.2	01:00.6
99	12.47	26.28	01:00.9
98	12.5	26.36	01:01.1
97	12.53	26.44	01:01.4
96	12.56	26.52	01:01.6
95	12.6	26.6	01:01.8
94	12.64	26.68	01:02.1
93	12.68	26.76	01:02.3
92	12.72	26.84	01:02.6
91	12.76	26.92	01:02.8
90	12.8	27	01:03.0
89	12.82	27.06	01:03.2
88	12.85	27.12	01:03.3
87	12.88	27.18	01:03.5
86	12.91	27.24	01:03.7
85	12.94	27.3	01:03.8
84	12.97	27.36	01:04.0
83	13	27.42	01:04.2
82	13.03	27.48	01:04.3

81	13.06	27.54	01:04.5
80	13.09	27.6	01:04.7
79	13.12	27.66	01:04.8
78	13.15	27.72	01:05.0
77	13.18	27.78	01:05.2
76	13.21	27.84	01:05.3
75	13.24	27.9	01:05.5
74	13.27	27.97	01:05.7
73	13.3	28.04	01:05.8
72	13.33	28.11	01:06.0
71	13.36	28.18	01:06.2
70	13.4	28.25	01:06.3
69	13.44	28.32	01:06.5
68	13.48	28.39	01:06.7
67	13.52	28.46	01:06.8
66	13.56	28.53	01:07.0
65	13.6	28.6	01:07.2
64	13.64	28.68	01:07.3
63	13.68	28.76	01:07.5
62	13.72	28.84	01:07.7
61	13.76	28.92	01:07.8

60	13.8	29	01:08.0
59	13.84	29.08	01:08.2
58	13.88	29.16	01:08.4
57	13.92	29.24	01:08.5
56	13.96	29.32	01:08.7
55	14	29.4	01:08.9
54	14.04	29.48	01:09.0
53	14.08	29.56	01:09.2
52	14.12	29.64	01:09.4
51	14.16	29.72	01:09.6
50	14.2	29.8	01:09.7

女子田赛评分标准

分值	铅球（米）
100	13.7
99	13.58
98	13.46
97	13.34
96	13.22
95	13.1
94	12.98
93	12.86

92	12.74
91	12.62
90	12.5
89	12.43
88	12.36
87	12.29
86	12.22
85	12.15
84	12.07
83	11.99
82	11.91
81	11.83
80	11.75
79	11.67
78	11.59
77	11.51
76	11.43
75	11.35
74	11.26
73	11.17
72	11.08

71	10.99
70	10.9
69	10.81
68	10.72
67	10.63
66	10.54
65	10.45
64	10.36
63	10.27
62	10.18
61	10.09
60	10
59	9.91
58	9.82
57	9.73
56	9.64
55	9.55
54	9.46
53	9.37
52	9.28
51	9.19

50	9.1
----	-----

男子田赛评分标准

分值	铅球 (米)
100	14.06
99	13.91
98	13.76
97	13.61
96	13.46
95	13.3
94	13.14
93	12.98
92	12.82
91	12.66
90	12.5
89	12.45
88	12.4
87	12.35
86	12.3
85	12.25
84	12.2

83	12.15
82	12.1
81	12.05
80	12
79	11.9
78	11.8
77	11.7
76	11.6
75	11.5
74	11.4
73	11.3
72	11.2
71	11.1
70	11
69	10.85
68	10.7
67	10.55
66	10.4
65	10.25
64	10.1
63	9.95

62	9.8
61	9.65
60	9.5
59	9.35
58	9.2
57	9.05
56	8.9
55	8.75
54	8.6
53	8.45
52	8.3
51	8.15
50	8

注：所有田径测试项目低于 50 分视为不合格。

(四) 航模项目

1. P5B-2: 飞行必测项, 会飞固定翼 P3A、P5A 或直升机 P3C 项目, 同等条件下可优先考虑。

P5B-2 评分标准:

起飞、空中姿态、降落航线满分各 30 分。留空时间最长的前三名分数为 5 分, 4—6 名 3 分, 7—9 名 1 分, 其余 0 分。定点距离最近的前三名分数 5 分, 4—6 名 3 分, 7—9 名 1 分, 其

余 0 分

2. 航模理论测试

(五) 测试时间、地点

测试时间：6 月 15 日下午 2:30 报到，下午 3:00 准时测试。

测试地点：郑州市第一中学运动场（中原西路 182 号）

六、录取原则

1. 专业测试成绩合格，学校录取分数线下降 25%，依据专业测试成绩由高到低录取。

2. 男子篮球、田径、航模均按 1:1.2 上报名单。男子足球按 1:1.5 上报名单。

3. 如果某一项计划未完成，不用于其他项目的招生。

七、安全预案及疫情要求

1. 招生宣传时的防疫

整个招生宣传工作全部在郑州市教育局和郑州市第一中学官网上进行，禁止学生及家长入校咨询和参观。家长可以通过电话或者微信进行咨询。

2. 招生考试过程中的防疫

考试当天，所有考生必须进行体温测量，并提供健康码、核酸检测结果和行程码。学校配备充足的口罩、消毒液、防护服、橡胶手套等防疫物资，为考试的安全、顺利进行保驾护航。

3. 招生考试结束后的防疫

考生和工作人员有序离场。按规定处理使用过的防疫物品。
对场地和使用过的相关物品进行消杀。

八、联系人电话

学校地址：郑州市第一中学新校区（中原西路182号）

联系人：方金平：13623848891 朱正海：15837196796

贾艳彬：13598083706

监督电话：67182052

本方案解释权归郑州市第一中学政体处。

郑州市第一中学

2022年5月23日