

# 广州华立学院 2026 年普通专升本体育教育专业综合课 考试大纲

一、适用专业：体育教育(040201)

二、考试形式：现场测试

三、考试内容：

(一) 素质测试：100 米、立定三级跳远

(二) 附加项：获得全国及省级体育类赛事奖项。

四、分值：100 米 85 分、立定三级跳远 85 分、附加项 30 分。

## 附件 1：100 米跑考试方法和评分标准

(一) 考试方法

1. 考试在标准的 400 米塑胶田径场直道内进行，采用分道跑，考生必须自始至终在各自的分道内跑进。每名考生只有一次考试机会。
2. 起跑必须采用蹲踞式起跑姿势，并使用考场提供的起跑器。凡不按田径竞赛规则的要求起跑的考生将被警告或取消考试资格。考生可穿自备的钉鞋进行考试，但钉鞋必须符合规则规定(鞋钉长度不得超过 9 毫米)。
3. 起跑犯规判罚：对于第一次起跑犯规的相关考生给予黄牌警告，并向该组所有考生亮黄牌警告，对于之后出现起跑犯规的相关考生(不论是一名或多名)，均出示红牌并取消相关考生的本项目考试资格。
4. 考试采用手动计取成绩。成绩以对应的得分计取，若成绩在评分标准的两个相邻分值之间，则计取其中较低的分值。

(二) 评分标准

100 米跑评分标准详见“表 1 100 米跑考试评分标准”。

表1 100米跑考试评分标准

男子 100 米跑		女子 100 米跑	
分值	成绩 ( 秒 )	分值	成绩 ( 秒 )
85	11.33	85	12.85
84	11.34	84	12.86
83	11.35	83	12.87
82	11.36	82	12.88
81	11.37	81	12.89
80	11.38	80	12.90
79	11.40	79	12.92
78	11.42	78	12.94
77	11.44	77	12.96
76	11.46	76	12.98
75	11.48	75	13.00
74	11.52	74	13.05
73	11.56	73	13.10
72	11.60	72	13.15
71	11.64	71	13.20
70	11.68	70	13.25
69	11.72	69	13.30
68	11.76	68	13.35
67	11.80	67	13.40
66	11.84	66	13.45
65	11.88	65	13.50
64	11.91	64	13.55
63	11.94	63	13.59
62	11.97	62	13.63
61	12.00	61	13.67
60	12.02	60	13.71

59	12.04	59	13.74
58	12.06	58	13.77
57	12.08	57	13.80
56	12.10	56	13.83
55	12.12	55	13.86
54	12.14	54	13.89
53	12.16	53	13.92
52	12.18	52	13.95
51	12.20	51	13.98
50	12.22	50	14.01
49	12.25	49	14.06
48	12.28	48	14.11
47	12.31	47	14.16
46	12.35	46	14.21
45	12.39	45	14.26
44	12.43	44	14.31
43	12.47	43	14.36
42	12.52	42	14.42
41	12.57	41	14.49
40	12.62	40	14.56
39	12.68	39	14.64
38	12.75	38	14.72
37	12.82	37	14.81
36	12.90	36	14.90
35	12.98	35	14.99
34	13.06	34	15.08
33	13.15	33	15.17
32	13.24	32	15.26
31	13.33	31	15.35

30	13.42	30	15.44
29	13.51	29	15.53
28	13.60	28	15.62
27	13.69	27	15.71
26	13.78	26	15.80
25	13.87	25	15.89
24	13.96	24	15.98
23	14.15	23	16.07
22	14.25	22	16.16
21	14.35	21	16.25
20	14.45	20	16.34
19	14.55	19	16.43
18	14.65	18	16.52
17	14.75	17	16.61
16	14.85	16	16.70
15	14.95	15	16.79
14	15.07	14	16.88
13	15.19	13	16.97
12	15.31	12	17.06
11	15.43	11	17.15
10	15.55	10	17.24
9	15.67	6	17.33
8	15.79	8	17.42
7	15.91	7	17.51
6	16.03	6	17.60
5	16.15	5	17.69
4	16.27	4	17.78
3	16.39	3	17.87
2	16.52	2	17.96

1	16.65	1	18.05
---	-------	---	-------

## 附件 2：立定三级跳远考试方法和评分标准

### (一) 考试方法

#### 1. 场地规格(如图 1 所示)

- (1) 跳跃区与落地区在同一水平面内。
- (2) 起跳线至落地区远端的距离不得少于 10 米。
- (3) 起跳线至落地区(沙坑)距离, 男子不少于 6 米, 女子不少于 5 米。
- (4) 在起跳线和落地区(沙坑)之间至少有 1.22 米宽的塑胶地面。
- (5) 考生可以采用钉鞋试跳, 钉鞋的规格须符合田径规则规定(鞋钉长度不得超过 9 毫米)。

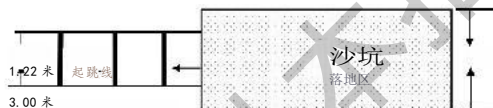


图 1 立定三级跳远场地图

- (6) 起跳线至沙坑近端的距离, 男子均设 7 米、6 米, 女子均设 6 米、5 米, 在报名时, 考生必须确定其起跳线距离, 一旦确定, 在测试过程中则不能更改, 违者取消考试成绩。

#### 2. 动作要求

- (1) 考生原地双脚站立在起跳线后, 做预摆动作的过程中, 前脚掌不能离地, 如有违反者, 则判为试跳失败。
- (2) 考生起跳时不能触及或超越起跳线, 如有违反者, 则判为试跳失败。
- (3) 立定三级跳远的动作要求: 考生原地双脚起跳后, 可以用任何一只脚落地(第一跳), 跨步跳时用另外一只脚落地(第二跳), 最后双脚落地完成跳跃动作(第三跳), 凡不符合上述动作要求, 则判为试跳失败。
- (4) 在落地过程中触及落地区以外地面, 而落地区外的触地点较落地区内的最近触地点更靠近起跳线者, 则判为试跳失败。

#### 3. 测试方法

每位考生有三轮次试跳机会, 每轮次均测量成绩, 若考生有效成绩达到满分, 则不允许再次试跳。

#### 4. 测量方法

- (1) 考试采用钢尺丈量计取成绩。
- (2) 测量最小单位以 1 厘米计算。
- (3) 测量成绩时，从考生身体任何部位在落地区内的最近触地点量至起跳线或起跳线的延长线。测量线应与起跳线或其延长线垂直。
- (4) 如成绩在评分标准的两个相邻分值之间，则取其中较低的分值评分。

#### (二) 评分标准

立定三级跳远评分标准详见“表 2 立定三级跳远考试评分标准”

表 2 立定三级跳远考试评分标准

男子立定三级跳远		女子立定三级跳远	
分值	成绩(米)	分值	成绩(米)
85	9.64	85	8.05
84	9.63	84	8.04
83	9.62	83	8.03
82	9.61	82	8.02
81	9.60	81	8.01
80	9.59	80	8.00
79	9.58	79	7.98
78	9.56	78	7.96
77	9.54	77	7.94
76	9.52	76	7.92
75	9.50	75	7.90
74	9.47	74	7.88
73	9.44	73	7.86
72	9.41	72	7.84
71	9.38	71	7.82
70	9.35	70	7.80
69	9.32	69	7.77

68	9.29	68	7.74
67	9.26	67	7.71
66	9.23	66	7.68
65	9.20	65	7.65
64	9.17	64	7.62
63	9.14	63	7.59
62	9.11	62	7.56
61	9.08	61	7.53
60	9.05	60	7.50
59	9.02	59	7.47
58	8.99	58	7.44
57	8.96	57	7.41
56	8.93	56	7.38
55	8.90	55	7.35
54	8.87	54	7.32
53	8.84	53	7.29
52	8.81	52	7.26
51	8.78	51	7.23
50	8.75	50	7.20
49	8.72	49	7.17
48	8.69	48	7.14
47	8.66	47	7.11
46	8.63	46	7.08
45	8.60	45	7.05
44	8.56	44	7.02
43	8.52	43	6.99
42	8.48	42	6.96
41	8.44	41	6.93
40	8.40	40	6.90

39	8.36	39	6.86
38	8.32	38	6.82
37	8.28	37	6.78
36	8.24	36	6.74
35	8.20	35	6.70
34	8.15	34	6.65
33	8.10	33	6.60
32	8.05	32	6.55
31	8.00	31	6.50
30	7.95	30	6.45
29	7.90	29	6.40
28	7.85	28	6.35
27	7.80	27	6.30
26	7.75	26	6.25
25	7.70	25	6.20
24	7.65	24	6.15
23	7.60	23	6.10
22	7.55	22	6.05
21	7.50	21	6.00
20	7.45	20	5.95
19	7.40	19	5.90
18	7.35	18	5.85
17	7.30	17	5.80
16	7.25	16	5.75
15	7.20	15	5.70
14	7.15	14	5.65
13	7.10	13	5.60
12	7.05	12	5.55
11	7.00	11	5.50

10	6.95	10	5.45
9	6.90	9	5.40
8	6.85	8	5.35
7	6.80	7	5.30
6	6.75	6	5.25
5	6.70	5	5.20
4	6.65	4	5.15
3	6.60	3	5.10
2	6.55	2	5.05
1	6.50	1	5.00

### 附件 3：附加项评分标准和办法

分值	赛事获奖情况
30	获得国家级体育类赛事冠军及以上
28	获得国家级体育类赛事亚军及省级赛事冠军
26	获得国家级体育类赛事季军及省级赛事亚军
23	获得国家级体育类赛事第 4 名及省级赛事季军
20	获得国家级体育类赛事第 5 名及省级赛事第 4 名
17	获得国家级体育类赛事第 6 名及省级赛事第 5 名
14	获得国家级体育类赛事第 7 名及省级赛事第 6 名
11	获得国家级体育类赛事第 8 名
8	获得省级体育类赛事第 7 名
5	获得省级体育类赛事第 8 名

#### 注意：

(1) 国家级体育赛事：由国家教育部、国家体育总局认定的全国大学生运动会、全国大学生锦标赛等。

(2) 省级体育赛事：由广东省教育厅、广东省体育局认定的广东省大学生运动会、广东省大学生锦标赛、广东省大学生联赛以及教育厅组织的体育赛事等。

**附加项认定：**由学生提供资料，经体育学院招生委员会审定，学术委员会复核。