

附件 2:

2025 年上海工商信息学校招收优秀体育学生足球项目 资格确认内容、方法与标准

第一部分：非守门员

一、考核指标与所占分值

类别	专项素质	专项技术		实战能力
考核指标	5×25 米折返跑	传准	运射	比赛
分值	30 分	20 分	20 分	30 分

二、考试方法与评分标准

(一) 专项素质

5×25 米折返跑

(1) 考试方法：考生从起跑线向场内垂直方向快跑，在跑动中依次用手击倒位于 5 米、10 米、15 米、20 米和 25 米各处的标志物后返回起跑线，要求每击倒一个标志物须立即返回一次，再跑到下一个标志物，以此类推。考生应以站立式起跑，脚动开表，完成所有折返距离回到起跑线时停表，记录完成的时间。未击倒标志物，成绩无效。每人测试 1 次。

(2) 评分标准：见表 2-1。

表 2-1 5×25 米折返跑评分表

分值	成绩(秒)	分值	成绩(秒)
	男子		男子
30	34.00	17	37.61—37.90
29	34.01—34.30	16	37.91—38.20

28	34.31—34.60	15	38.21—38.50
26	34.91—35.20	14	38.51—38.80
25	35.21—35.50	13	38.81—39.10
24	35.51—35.80	12	39.11—39.40
23	35.81—36.10	10	39.41—39.80
22	36.11—36.40	9	39.81—40.30
21	36.41—36.70	8	40.31—40.80
20	36.71—37.00	7	40.81—41.50
19	37.01—37.30	6	41.51—42.10
18	37.31—37.60	5	42.10 以上

(二) 专项技术

1、传准

(1) 考试方法：如图 2-1 所示，传球目标区域由一个室内五人制足球门（球门净宽度 3 米，净高度 2 米）和以球门线为直径（3 米）画的半圆组成，圆心（球门线中心点）至起点线垂直距离为 25 米。考生须将球置于起点线上（线长 5 米，宽 0.1 米），向目标区域连续传球 6 次，左右脚均可，脚法不限。



图 2-1 传准场地示意图

(2) 评分标准：以球从起点线踢出后，从空中落到地面的第一接触点为准。考生每将球传入目标区域的半圆内（含第一落点落在圆周线上），或五人制球门（含球击中球门横梁或立柱弹出）即得 4 分。每人可有 6 次传准机会，满分 20 分。

2、运射

(1) 考试方法：如图 2-2 所示，从罚球区线中点垂直向场内延伸至 20 米处，画一条平行于球门线的横线作为起点线。距罚球区线 2 米处起，沿 20 米垂线共插置 8 根标志杆。考生将球置于 2 米长的起点线标志杆正后方上，运球依次绕过 8 根标志杆后起脚射门，球动开表，当球从空中或地面越过球门线时停表，记录完成的时间。凡出现漏杆、射门偏出球门，球击中横梁或立柱弹出，均属无效，不计成绩。每人测试 2 次，取最好成绩。

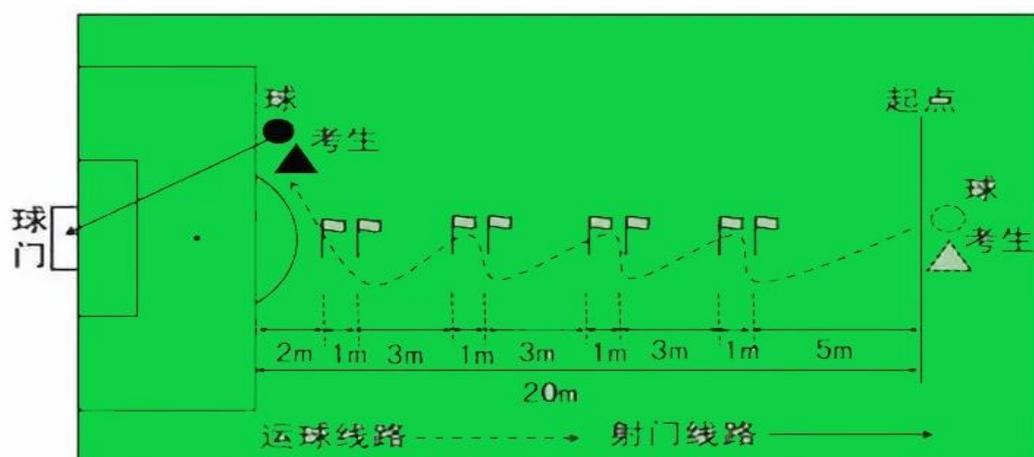


图 2-2 运球过杆射门示意图

(2) 评分标准：见表 2-2。

表 2-2 运射评分表

分值	成绩 (秒)	分值	成绩 (秒)
	男子		男子
20	7.80	10	10.01~~10.20
19	7.81~~8.10	9	10.21~~10.40
18	8.11~~8.80	8	10.41~~10.60
17	8.81~~8.90	7	10.61~~10.80

16	8.91~~9.00	6	10.81~~11.00
15	9.01~~9.20	5	11.01~~11.20
14	9.21~~9.40	4	11.21~~11.40
13	9.41~~9.60	3	11.41~~11.60
12	9.61~~9.80	2	11.61~~11.80
11	9.81~~10.00	1	11.81~~1.00

(三) 实战能力

(1) 考试方法：视考生人数分队进行比赛。

(2) 评分标准：考评员参照实战能力评分细则（表 2-3），独立对考生的技术能力、战术能力、心理素质以及比赛作风等方面进行综合评定。采用 30 分制评分，分数至多可到小数点后 1 位。

表 2-3 足球实战能力评分细则

等级（分值范围）	评价标准
30-26（优秀）	比赛中技术动作运用合理规范；攻防意识突出，善于和同伴配合；跑动积极，比赛作风优良，心理状态稳定，充满比赛热情。
25-16（良好）	比赛中技术动作运用较为合理；攻防意识表现较好，能够和同伴队友配合；跑动较为积极，比赛作风良好、心理状态稳定。
15-6（一般）	比赛中技术动作运用基本合理；攻防意识一般，和同伴协作较少；比赛作风一般，心理状态较为稳定。
5-0（差）	比赛中技术动作运用不合理，完成动作不规范；攻防意识较差,协作能力较差；跑动不积极，比赛作风较差、心理状态不稳定。

第二部分：守门员

一、考核指标与所占分值

类别	专项素质	专项技术		实战能力
考核指标	立定三级跳远	掷远与踢远	扑接球	比赛
分值	30分	20分	20分	30分

二、考试方法与评分标准

(一) 专项素质

立定三级跳远

(1) 考试方法：考生原地双脚站立在起跳线后，起跳时不能触及或超越起跳线。第一跳双脚原地起跳，可以用任何一只脚落地；第二跳跨步跳，用着地脚起跳以另一只脚落地；第三跳双脚落地完成跳跃动作后，起身向前走出测试区。成绩测量时，从身体落地痕迹的最近点取直线量至起跳线内沿。考生可穿钉鞋，其他未尽事宜参照田径竞赛规则执行。每人测试 2 次，取最好成绩。

(2) 评分标准：见表 2-4。

表 2-4 立定三级跳远评分表

分值	成绩(米)	分值	成绩(米)
	男子		男子
30	7.6	17	6.3
29	7.5	16	6.2
28	7.4	15	6.1
27	7.3	14	6.0
26	7.2	13	5.9
25	7.1	12	5.8
24	7.0	11	5.7

23	6.9	10	5.6
22	6.8	9	5.5
21	6.7	8	5.4
20	6.6	7	5.3
19	6.5	6	5.2
18	6.4	5	5.1

(二) 专项技术

1、掷远与踢远

(1) 考试方法：如图 2-3 所示，在球场适当位置画一条 15 米线段作为测试区横宽，从横线两端分别向场内垂直画两条 60 米以上平行直线作为测试区纵长，标出距离数。考生站在起点线后，原地或助跑均可以，先将球以手掷远 2 次（允许带手套进行），然后用脚踢远 2 次（采用踢凌空球、反弹球、定位球等方法不限），出球前身体的任何部位都不能过起跑线，出球后可以过线，各取其中最好一次成绩相加为最终成绩。每次掷、踢球的落点必须在测试区横宽以内，否则不计成绩。

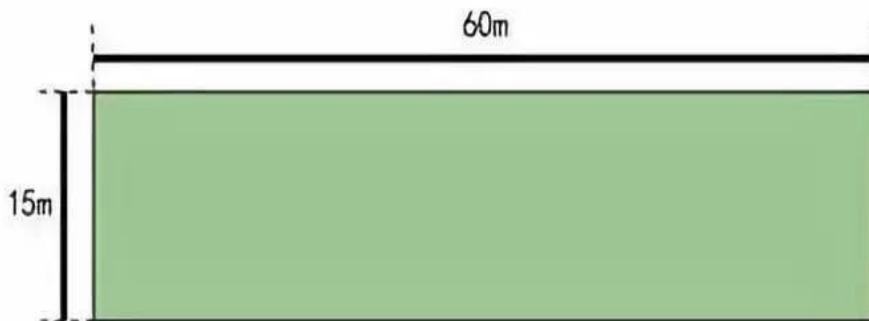


图 2-3 掷远与踢远场地示意图

(2) 评分标准：见表 2-5。

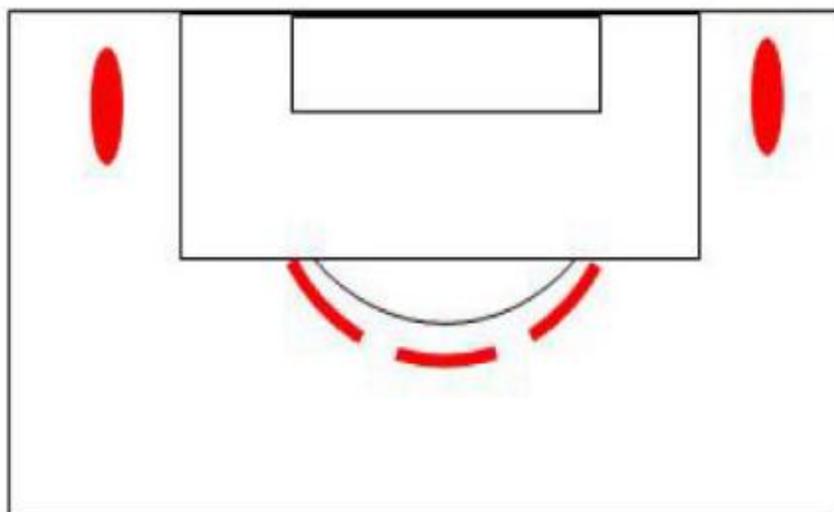
表 2-5 掷远与踢远评分表

分值	成绩（米）	分值	成绩（米）
----	-------	----	-------

	男子		男子
20	65	6	30
18	60	5	25
16	55	4	20
14	50	3	15
12	45	2	10
10	40	1	5
8	35	-	-

2、扑接球

(1) 考试方法：考生守门，扑接 6 个（左右两侧各 3 次）来自罚球弧线外射中球门的有效射门球（含地滚球、半高球、高球以及需要倒地扑救的球）。考生运用技术动作（接高球、拳击球、托球）出击接 4 个（左右两侧各 2 次）来自罚球区两侧线外的有效传中球。出球位置如下图红色位置。



(2) 评分标准：考评员参照扑接球评分细则（表 2-6），独立对考生进行技术技能评定。采用 20 分制评分。

表 2-6 扑接球评分细则

等级（分值范围）	评价标准
----------	------

30-26 (优秀)	技术动作规范, 动作运用合理, 选位意识好, 身体移动快速、协调。
25-16 (良好)	技术动作规范, 动作运用较合理, 选位意识较好, 身体移动快速、协调。
15-6 (一般)	技术动作基本规范, 动作运用较合理, 选位意识尚可, 身体移动较快、较协调。
5-0 (差)	技术动作不规范, 动作运用不合理, 选位意识较差, 身体移动慢、不协调。

(三) 实战能力

(1) 考试方法: 视考生人数分队进行比赛。

(2) 评分标准: 考评员参照实战能力评分细则(表 2-7), 独立对考生的技术能力、战术能力、心理素质以及比赛作风等方面行综合评定。采用 30 分制评分, 分数至多可到小数点后 1 位。

表 2-7 守门员实战能力评分细则

等级 (分值范围)	评价标准
30-26 (优秀)	战术意识水平表现突出, 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、心理状态稳定。
25-16 (良好)	战术意识水平表现良好, 攻守职责完成良好; 对抗情况下技术动作运用较合理, 完成动作较规范; 比赛作风良

	好、心理状态稳定。
15-6（一般）	战术意识水平表现一般，攻守职责完成一般；对抗情况下技术动作运用基本合理，完成动作基本规范；比赛作风较好、心理状态有波动。
5-0（差）	战术意识水平表现差，攻守职责不清楚；对抗情况下技术动作运用不合理，完成动作不规范；比赛作风一般、心理状态不稳定。

场地及器材

1、测试场地

标准 11 人制足球场地（人工或天然草坪）一片，标准球门（包括球网），且标线清晰。测试过程中须保持场地干净、整洁、卫生，符合疫情防控要求。场地周围没有易造成伤害的坚硬物体或其他安全隐患，须有安全出口和紧急疏散通道。

2、测试器材

秒表(若干块)、皮尺等；5 号足球（符合比赛用球标准）（若干个）；标志杆、标志盘（若干）等（根据测试需要）；定量评价可采用电子设备；有全程录像设备并确保正常运行。

组织保障

学校招生工作领导小组应在纪检部门的监督下，组建由校内外专家组成的专家组，开展资格确认工作并全程录像。市教委将会同市体育局组建市级专家库，随机抽取符合要求的专家成员参加并进行督导，严格执行各级招生利益相关方回避制度。做好资格确认相关信息及通过名单公示工作。