

各项目测试内容及要求：

(一) 田径（测试地点：北京一零一中学田径场）

我校只招收高中田径项目中的男、女 100 米、200 米、400 米、110 米栏(男)、100 米栏(女)、跳高、跳远、铅球、铁饼、标枪，报考学生应具有从事该运动项目的身体形态、素质和机能等条件。

1、测试内容：

(1) 测试内容共三项：素质测试成绩、专项运动成绩、运动技术和身体形态

(2) 总分（100 分）=素质测试成绩（10 分）+专项运动成绩（70 分）+“运动技术和身体形态”测试成绩（20 分）。

2、测试标准：

(1) 专项运动成绩评价，采用《2011 年北京市体育传统项目学校招收体育特长生（初升高）》田径专项测试标准。

(1) 田径专项测试标准 (男生)

项目 得分	100 米	200 米	400 米	110 栏	跳高	跳远	三级 跳远	铅球	铁饼	标枪
70	11.1	22.8	52.2	15.2	1.91	6.90	14.10	15.70	50.00	59.00
65	11.2	23.0	52.4	15.4	1.89	6.80	13.95	15.50	49.00	57.00
60	11.3	23.2	52.6	15.6	1.87	6.70	13.80	15.30	48.00	55.00
55	11.4	23.4	52.8	15.8	1.85	6.60	13.65	15.10	47.00	53.00
50	11.5	23.6	53.0	16.0	1.83	6.50	13.50	14.80	46.00	51.00
45	11.6	23.8	53.5	16.2	1.81	6.40	13.35	14.50	45.00	49.00
40	11.7	24.0	54.0	16.4	1.78	6.30	13.20	14.00	44.00	47.00
35	11.8	24.2	54.5	16.7	1.75	6.20	12.90	13.20	43.00	45.00
30	12.0	24.5	55.5	17.0	1.70	6.00	12.60	12.90	41.00	43.50
25	12.2	25.0	56.0	17.5	1.65	5.80	12.30	12.60	39.00	41.00
20	12.4	25.5	56.5	18.0	1.60	5.60	12.00	12.30	37.00	39.00

(2) 田径专项测试标准 (女生)

项目 得分	100 米	200 米	400 米	110 栏	跳高	跳远	三级 跳远	铅球	铁饼	标枪
70	12.4	22.8	1.015	15.1	1.65	5.40	11.40	12.90	41.00	42.00
65	12.5	23.0	1.02	15.2	1.62	5.35	11.30	12.80	40.50	41.00
60	12.6	23.2	1.025	15.3	1.60	5.30	11.20	12.70	40.00	40.00
55	12.7	23.4	1.03	15.4	1.58	5.25	11.10	12.60	39.50	39.00
50	12.8	23.6	1.035	15.5	1.56	5.20	11.00	12.50	39.00	38.00
45	12.9	23.8	1.04	15.7	1.54	5.15	10.80	12.20	38.00	37.00
40	13.0	24.0	1.045	15.9	1.52	5.10	10.60	11.90	37.00	36.00
35	13.1	24.2	1.04	16.1	1.50	5.00	10.40	11.50	36.00	35.00
30	13.2	28.0	1.05	16.3	1.48	4.90	10.10	11.00	34.00	34.50
25	13.5	28.5	1.06	16.6	1.44	4.70	9.80	10.50	32.00	32.00
20	13.8	29.0	1.08	17.0	1.40	4.50	9.40	10.00	31.00	31.00

(2) “运动技术和身体形态”测试，采用观摩现场测试的评价方法予以评价。其分值分别为：

“运动技术和身体形态”得分表

等级	A级(20分)	B级(16分)	C级(12分)	D级(8分)	综合评定
满分 20分					

(3) 素质测试成绩

素质测试成绩标准 (每人测两项, 满分为 10 分)

标准 得分	项目		立定跳远	
	性别			
	男	女	男	女
5	8"2	8"8	2.80	2.20
4.5	8"3	8"9	2.75	2.15
4	8"4	9"0	2.70	2.10
3.5	8"5	9"1	2.65	2.05

3	8"6	9"2	2.60	2.00
2.5	8"7	9"3	2.55	1.95
2	8"8	9"4	2.50	1.90
1.5	8"9	9"5	2.45	1.85
1	9"0	9"6	2.40	1.80
0.5	9"1	9"7	2.35	1.75

立定跳远每人三次机会，取最好成绩。