

颍上一中 2026 年手球体育特长生招生实施办法

一、手球体育特长生招生计划：男子 0--14 人

二、招生基本条件：

体育特长生资格：体育特长生是指初中阶段在市级及以上教育行政部门举办或认可的体育比赛中取得优异成绩，或在这些方面有突出特长，经集中测试认为确有发展潜力的；参加 2026 年阜阳市中考的应届初中毕业生。

1. 初中阶段参加安徽省各类手球比赛获三等奖以上、市级比赛获二等奖的队员。

2. 虽未参加上述竞赛，但在手球方面确有突出特长、有发展潜力的学生，可持初中学校推荐信报名参加测试。

3. 年龄限制：由于本次手球特长生招生的项目将代表县、市参加市级、省级各类比赛任务，年龄限制：男子需为 2010 年 1 月 1 日后出生者（须携带二代身份证原件）。

4. 如专项成绩相同按照运动员证书等级、实战、20*6 折返跑、全场往返倒地射门成绩排序。

2026 年颖上一中手球特长生专业测试评分标准

考试场地：手球场 考试用球：2 号球

一、考试方法与评分标准：

（一）专项素质

1. 20 米×6 折返跑：10 分

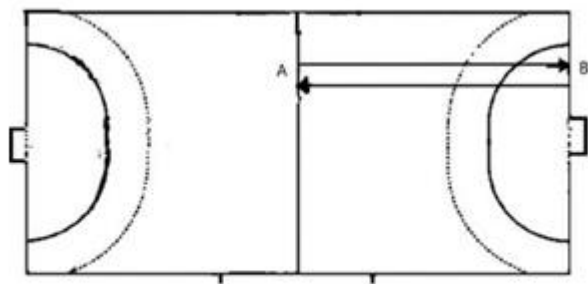


图 9-1 20 米×6 折返跑示意图

（1）考试方法：在手球场地的中线到端线之间进行折返跑。考生从中线 A 点起动，脚动开始计时，跑至对面端线 B 处踏端线后返回，至中线处踏中线后再折返。往返三次，最后向中线方向冲刺，如图 9-1 所示。每人测试 2 次，取最好成绩。

（2）评分标准：要求每次都必须任意脚踏过中线和端线后方可折返，每次脚未踏过中线或端线，在最终成绩中均要加 1 秒，见表 9-1。

分值	0.5	1.0	1.5	2.0	2.5	3.0	3.5	4.0	4.5	5.0
成绩	26'' 8	26'' 6	26'' 4	26'' 2	26'' 0	25'' 8	25'' 6	25'' 4	25'' 2	25'' 0
分值	5.5	6.0	6.5	7.0	7.5	8.0	8.5	9.0	9.5	10
成绩	24'' 9	24'' 8	24'' 7	24'' 6	24'' 5	24'' 4	24'' 3	24'' 2	24'' 1	24'' 0

2. 手球掷远：20 分

（1）考试方法：在手球场地或空旷的其它场地进行，掷远区域宽约 10 米，长至少 45 米；在掷远区域长的一端设一条宽 5 厘米、长 3 米的投掷线。考生掷远时球出手前踩踏或超越投掷线即被判该次掷球无效；掷远时将球掷出 10 米宽以外的区域亦被判该次掷球无效；按照手球规则，掷远助跑不得超过三步（不得运球）。每人测试 2 次，取最好成绩。

(2) 评分标准：见表 9-2。

分值	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
成绩	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
分值	15.5	16	16.5	17	17.5	18	18.5	19	19.5	20					
成绩	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40					

(二) 专项技术：

1. 全场跑动、传球、射门:30 分

(1) 考试方法：考生从场地右侧任意球和边线的交界处 A 点起动（脚动开表，计时开始），跑到七米球线 B 点捡起地面上放置的球向前场左侧 45° 角位置的 C 点区域作跑动传球（传球到位，球不能落地），接球人位于 C 点任意球线与球门区之间的区域（接球人接球时不能出该区域，否则视为传球不到位），传球后向左侧前方中线和边线交叉的 D 点跑动，捡起置于中线和边线交叉点地上的球后运球至前方任意处作射门后触 E 点球门柱，然后返回向另一侧球门区后端线和边线交界 F 处冲刺，捡起置于端线和边线交界处的球，向本场任意球线中间 H 点的接球人作原地传球（传球到位，球不落地），传球后绕七米球线外快速跑到 B 点，捡起地上的球作后转身倒地射门，球通过球门线停表，如图 9-2 所示。每人测试 2 次，取最好成绩。

(2) 评分标准：B 点放置 2 个手球，D、F 点各放置 1 个手球。考生必须按照规定路线和要求完成技术，否则算失败，不计成绩。传球没有到位，每次加 0.2 秒；未能按技术规格完成传球或射门动作，视情况加 0.2 秒；运球时出现违例（走步或两次运球），每次加 0.2 秒（表 9-3）。

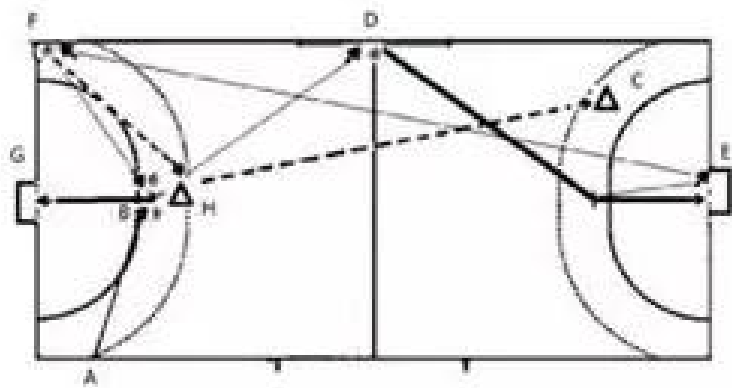


图 9-2 全场跑动、传球、射门示意图

(3) 评分标准：见表 9-3。

分值	0.5	1.0	1.5	2.0	2.5	3.0	3.5	4.0	4.5	5.0
成绩	28" 3	28" 2	28" 1	28" 0	27" 9	27" 8	27" 7	27" 6	27" 5	27" 4
分值	5.5	6.0	6.5	7.0	7.5	8.0	8.5	9.0	9.5	10.0
成绩	27" 3	27" 2	27" 1	27" 0	26" 9	26" 8	26" 7	26" 6	26" 5	26" 4
分值	10.5	11.0	11.5	12.0	12.5	13.0	13.5	14.0	14.5	15.0
成绩	26" 3	26" 2	26" 1	26" 0	25" 9	25" 8	25" 7	25" 6	25" 5	25" 4
分值	15.5	16.0	16.5	17.0	17.5	18.0	18.5	19.0	19.5	20.0
成绩	25" 3	25" 2	25" 1	25" 0	24" 9	24" 8	24" 7	24" 6	24" 5	24" 4
分值	20.5	21.0	21.5	22.0	22.5	23.0	23.5	24.0	24.5	25.0
成绩	24" 3	24" 2	24" 1	24" 0	23" 9	23" 8	23" 7	23" 6	23" 5	23" 4
分值	25.5	26.0	26.5	27.0	27.5	28.0	28.5	29.0	29.5	30
成绩	23" 3	23" 2	23" 1	23" 0	22" 9	22" 8	22" 7	22" 6	22" 5	22" 4

(三) 实战能力 40 分： 教学比赛

1. 考试方法：按指定顺序将考生分成若干比赛阵容，每个阵容各进行 5~10 分钟的分队比赛，通过比赛观察考生运用技术的能力和战术配合意识。
2. 评分标准：考评员参照实战能力评分细则（表 9-4），独立对考生进行综合评定。采用 10 分制评分，分数至多可到小数点后 1 位。

表 9-4 手球实战能力评分细则

等级（分值范围）	评价标准
优（10~8.6 分）	动作正确，协调、连贯、实效；攻防技术运用合理、运用效果好；战术配合意识强、实战效果较好。
良（8.5~7.6 分）	动作正确，协调；攻防技术运用较合理、运用效果较好；战术配合意识较强，实战效果较好。
中（7.5~6 分）	动作基本正确，协调；攻防技术运用基本合理、运用效果一般；战术配合意识一般、效果一般。
差（6 分以下）	动作不正确，不协调；攻防技术动作不合理、运用效果差；战术配合意识差、效果较差。

三、其他

1. 考生需着无标识的服装参加考试，如因伤必须佩戴护具的按如下要求穿戴：

- （1）护膝、护腕、护肩、护肘等护具必须为纯黑色或白色。
- （2）肌肉贴等需为米色。
- （3）不得佩戴发带。

2. 考试场地及器材要求

考试场地和考试用球严格按照中国手球协会最新审定的《手球竞赛规则》中的相关要求执行。