2025年上海市南洋中学招收市级优秀体育学生资格确认工作方案

一、学校概况

上海市南洋中学是全国青少年校园足球特色学校、全国校园足球重点布点学校、上海市足球传统项目学校、上海市校园足球普及工作优秀学校。学校拥有标准足球场和配套的体育运动场馆。近几年南洋中学高中足球队分别荣获了2018年上海市校园足球精英赛第三名、2019年上海市校园足球联盟杯赛第四名、2020年校园足球联盟杯赛第五名、2021年、2023年上海市校园足球联盟杯赛第四名、2024上海市校园足球精英赛高中组A组第三名、2021年、2023年、2024年徐汇区满天星中学生足球冠军。

按照上海市教育委员会、上海市体育局《关于做好2025年本市高中阶段学校招收优秀体育学生工作的通知》的文件精神，结合我校实际，特制订本实施方案。

二、组织管理

（一）市级优秀体育学生招生领导小组

组长：王圣春

副组长：周英儁

组员：李瑾、赵卿

（二）市级优秀体育学生招生工作小组

课程教学中心主任、学生发展中心副主任、体育教研组长、足球教练、科技信息中心副主任

（三）资格确认评审工作专家小组

1.学校选派校外专家2人：

2.市级专家库将直接抽取选派1人。

三、招生项目名称与要求

（一）招生项目

足球

（二）招生要求

足球（男）：8 人，其中前锋 2 人，前卫 3 人，后卫 2 人，守门员 1 人。（注：如果守门员无人应招，则名额转给前锋）

经南洋中学测试认定的市级优秀体育学生，其学业考试总成绩（含政策性照顾加分）须达到当年度本市自主招生最低投档控制分数线，方可被正式录取。

四、招生对象与条件

具有 2025 年本市中考报名资格并完成报名，初中阶段参加过系统的足球训练，身心健康，综合素质高，学习成绩优良，责任意识与自我管理能力强，且具备以下条件之一的学生。

（一）自 2022 年 9 月 1 日起获得市教育、体育行政部门认可，并与我校项目对口的市级及以上体育比赛集体项目前 6 名的主力队员的学生（《2025 年上海市市级优秀体育学生市级体育赛事认定目录》，见下表）。

序号	项目	市级比赛名称
1	足球	上海市校园足球联盟联赛（中小学组）
2		上海市青少年校园足球精英赛（中小学组）
3		2024 年上海市学生运动会足球比赛（中小学组）
4		上海市青少年校园足球夏令营最佳阵容选拔（2023 年）
5		上海市青少年足球锦标赛 上海市第十七届运动会足球比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年足球锦标赛
6		上海市青少年足球俱乐部联赛

（二）自 2022 年 9 月 1 日起获得本市由各区教育、体育行政部门举办并与我校项目对口的区级体育比赛集体项目第 1 名的主力队员的学生（须填写《2025 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生区级体育赛事认定表》，见附件 2），并经毕业学校报区教育、体育行政部门同意。

五、报名方式

2025 年 3 月 28 日起从上海市南洋中学校园网上下载《2025 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生资格确认报名表》，（以下简称《报名表》）

（一）符合报名条件的学生可填写《报名表》报名。报名学生名单须在毕业学校集中公示 5 个工作日，报名表需盖在读学校公章。

（二）报名须知：

①报名材料：《报名表》原件**一式六份**、公示证明**一份**、主力队员证明**一份**及相关成绩证明材料（奖状、证书或成绩册与秩序册等复印件**一式一份**，获得区级赛事相关成绩的须另外提交《认定表》原件）。

②上交方式：将上述报名纸质材料邮寄或送到上海市南洋中学（徐汇区龙华中路 200 号，邮编 200032，学生发展中心马老师收），并在信封封面上注明足球特长招生，同时请在南洋校园网或微信公众号下方的链接，进行线上的学生信息登录报名，纸质材料邮件和学生信息登录报名截止时间是 4 月 7 日。

（三）收到报名材料后，我校将对相关学生是否符合报名要求进行审核。如有问题可电话咨询：学生发展中心马老师电话：64031656*21084；校办赵老师电话：64031656*17071。

六、现场专业技能评价

（一）资格确认时间

2025 年 4 月 12 日（周六）13:00

（二）资格确认地点： 南洋中学

（三）资格确认组织与要求

1．报到时间与地点：2025 年 4 月 12 日（周六）13:00，南洋中学求实楼 107

地址：徐汇区龙华中路 200 号

2．报到要求：

①测试当日带好本人身份证、电子学生证；

②相关体育比赛成绩单和奖状及其它荣誉证书原件等个人材料（原件核实后当即返还学生）；

③考生自备足球训练服和碎钉足球鞋等用品。

④家长和教练等禁止入校。

（四）专业技能评价的考核内容及要求

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	50 米跑	立定跳远	5X25 米折返跑	传准	运射	比赛
分值	10 分	10 分	15 分	10 分	15 分	40 分

二. 考试方法与评分标准

（一）专项素质

50 米跑

1、考试方法：考生至少两人一组测试。站立起跑，考生听到“跑”的口令后开始起跑。发令员在发出口令同时要摆动发令旗。计时员视旗动开表计时，考生躯干部抵达终点线垂直平面后停表。以秒为单位记录测试成绩，精确到小数点后两位。每位考生只测试一次。

2、评分标准：见表 2-1

表 2-1　50 米跑评分表

分值	**成绩（秒）**
	男　子
10	6.80
9	6.81—6.90
8	6.91—7.00
7	7.01—7.20
6	7.21—7.40
5	7.41—7.70
4	7.71—8.00
3	8.01—8.50
2	8.51—9.00

1	9.00 以上

立定跳远

1、考试方法：考生两脚自然分开站立，站在起跳线后，脚尖不得踩线，两脚原地起跳，不得有垫步连跳动作。丈量起跳线至最近着地点的距离。每人跳两次，记录其中最好一次成绩。以米为单位，保留两位小数。

2、评分标准：见表 2-2。

表 2-2　立定跳远评分表

分值	成绩（米）
	男　子
10	2.55 以上
9	2.54—2.43
8	2.42—2.31
7	2.30—2.23
6	2.22—2.15
5	2.14—2.07
4	2.06—1.99
3	1.98—1.90
2	1.89—1.80
1	1.79—1.70

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 2-3。

表 2-3　5×25 米折返跑评分表

分值	成绩（秒）
	男　子
15	34.60
14	34.61—35.20
13	35.21—36.10
12	36.11—37.00
11	37.01—37.90
10	37.91—38.80
9	38.81—39.80
8	39.81—41.50
7	41.51—42.10
6	42.11—42.60
5	42.61—43.10
4	43.11—43.60
3	43.61—44.10
2	44.11—44.60
1	44.60 以上

（二）专项技术

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

（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 2 分。每人可有 6 次传准机会，满分 10 分

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。

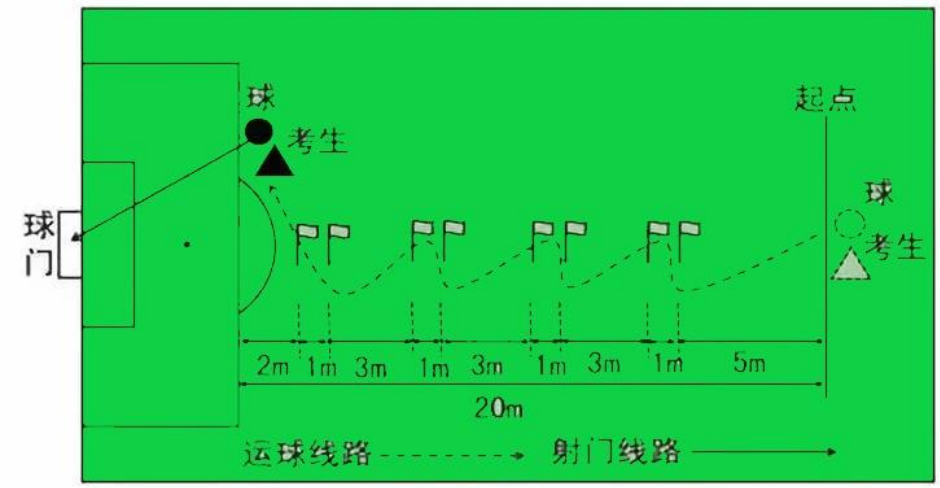


图 2-2　运球过杆射门示意图

2、评分标准：见表 2-4。

表 2-4　运射评分表

分值	成绩（秒）	分值	成绩（秒）
	男子		男子
15	7.80	7	9.61~~9.80
14	7.81~~8.10	6	9.81~~10.00
13	8.11~~8.80	5	10.01~~10.20
12	8.81~~8.90	4	10.21~~10.40
11	8.91~~9.00	3	10.41~~10.60
10	9.01~~9.20	2	10.61~~10.80
9	9.21~~9.40	1	10.81~~11.00
8	9.41~~9.60	0	11.00 以上

（三）实战能力

1、考试方法：视考生人数分队进行比赛。若报名参与人数符合 11 人制比赛要求则如实进行。如不足则进行 8v8 或 5v5 比赛。若报名运动员人数不满足开展实战比赛最低要求人数，则由学校向所在区教育行政部门提出申请，由区教育行政部门统筹安排相应水平适龄运动员补足实战比赛所需人数开展实战表现评价。

2、评分标准：考评员参照实战能力评分细则（表 2-5），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 40 分制评分，分数至多可到小数点后 1 位。

表 2-5 足球实战能力评分细则

等级（分值范围）	评价标准
优（40~30 分）	战术意识水平表现突出，攻守职责完成很好，具有很好的阅读比赛能力；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。
良（29~20 分）	战术意识水平表现良好，攻守职责完成良好，具有良好的阅读比赛能力；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。

中（19~10 分）	战术意识水平表现一般，攻守职责完成一般，阅读比赛能力一般；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。
差（10 分以下）	战术意识水平表现差，攻守职责不清楚，不具有基本阅读比赛的能力；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。

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 2-6。

表 2-6　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。

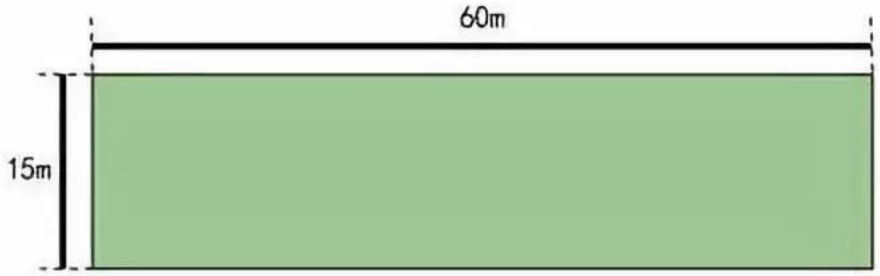


图 2-3　掷远与踢远场地示意图

（2）评分标准：见表 2-7。

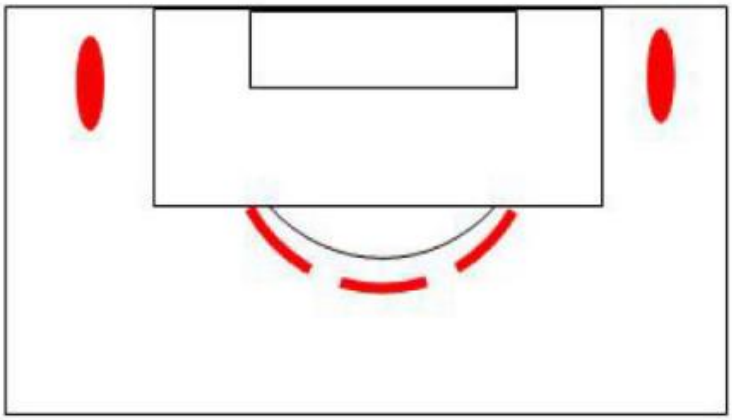
表 2-7　掷远与踢远评分表

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 2-8），独立对考生进行技术技能评定。采用 20 分制评分。

表 2-8　扑接球评分细则

等级（分值范围）	评价标准
优（20~16 分）	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。
良（15~11 分）	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。
中（10~6 分）	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。
差（6 分以下）	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 2-9），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 2-9　守门员实战能力评分细则

等级（分值范围）	评价标准
优（30~25 分）	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。
良（24~20 分）	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。
中（19~10 分）	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。
差（10 分以下）	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。

注：参加足球守门员考试的考生须穿胶鞋或胶钉足球鞋。

七、录取办法

资格确认将按招生规模的2倍择优通过（学生人数不足招生规模2倍的，如数通过）。通过的学生名单将在4月18日（星期五）至4月24日（星期四）在南洋中学官网公示5个工作日。

学校将公示无异议的信息汇总表（《2025 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生资格确认汇总表》）、相关学生《报名表》等报区教育行政部门审核。

经南洋中学测试认定的市级优秀体育学生，其学业考试总成绩（含政策性照顾加分）须达到当年度本市自主招生最低投档控制分数线，方可被正式录取。

八、监督管理

1. 加强优秀体育学生招生工作组织管理，体现公平公正原则，成立招生领导小组，完善招生选拔工作。向区教育局汇报进展情况，落实主体责任，接受社会监督，杜绝一切违法违规行为。资格确认现场专业技能评价实施全程录像，专业技能与所获得赛事成绩明显不符的学生一律不予通过。

校级监督电话：64031656*17071

区级监督电话：　64410010

2. 各初中学校、教练员及报名学生必须严格按照市区招生工作要求和招生程序，本着诚信原则进行自荐，相关材料必须属实。如发现材料造假，一律取消录取资格。

九、安全预案

1. 加强足球更衣室、健身房、操场上等器械、球类、设备的安全检查，及时排查安全隐患，以确保学生的使用安全。

2.测试期间，设置卫生服务点，做好应急救护相关准备工作，为足球考生进行医护安全保障。

3. 足球专项测试风雨无阻。如果遇到极端天气，将根据天气预报电话通知考生延期进行。

4.如遇天气，疫情等不可抗力因素无法线下时，将采取备用方案。

上海市南洋中学

2025年3月