**附件2**

**珠海市第一中学2023年自主招生体育类考察内容说明**

**一、足球**

**（一）足球专项测试内容、方法与要求**

**1、足球专项测试内容**

**（1）专项素质：5×25 米折返跑（20分）**

**（2）专项技术：运球射门（20分）**

**（3）实战能力: 11v11分组比赛（60分）**

**2、足球专项测试方法和要求**

**（ 1）专项素质**

**5×25米折返跑（20分）**

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2次。若考生第一次成绩有效，根据个人意愿可以不进行第二次测试。

（2）专项技术

运球射门（20分）

考试方法：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。考生将球置于起点线上，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。

（3）实战能力

11v11分组比赛（60分）

考试方法：比赛根据考生报考位置采用不同阵型进行比赛，根据实战比赛，对考生的个人技术、技能应用、战术认知、身体素质、心理素质等方面行综合评定。

**（二）足球守门员考试内容、方法与要求**

**1、足球守门员专项测试内容**

**（1）**守门员各种方式接球、扑球（20分）

**（2）**守门员手抛球（20分）

**（3）实战能力: 11v11分组比赛（60分）**

**2、守门员测试方法和要求**

（1）守门员各种方式接球、扑球（20分）

考试方法：守门员根据来球选择不同的接球或扑球方式，次数由考官根据射门质量决定。

（2）守门员手抛球（20分）

考试方法：守门员在罚球区内向中线与边线夹角的方向抛球，每侧三次，不限左右手。

（3）实战能力（60分）

考试方法：视考生人数分队进行比赛，根据实战比赛，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。

**（三）装备要求**

考生必须穿着皮面（布面）胶钉（塑料钉）足球鞋，不许穿着金属钉足球鞋进行实战能力测试；实战能力测试必须佩带护腿板。

**二、游泳**

**（一）测试内容**

1**、**主项：50米（在四种泳姿中申报一项作为个人主项）。

 2**、**副项：200米个人混合泳。

**（二）测试方法与要求**

1**、**主项：50米（四种泳姿中任意选择一项）

（1）两人一组，听考官口令在跳台或水下出发，跟自己所报主项一致，考生在游进中因个人原因导致的抽筋、泳镜泳帽脱落等原因而未能完成考察的，不予补考，若有犯规动作，取消测试资格。

（2）每条泳道三名裁判员计时，核对成绩无误后，现场由一名裁判员告知考生成绩。

 2**、**副项：200米个人混合泳

（1）两人一组，听考官口令在跳台或水下出发，考生在游进中因个人原因导致的抽筋、泳镜泳帽脱落等原因而未能完成考察的，不予补考，若有犯规动作，取消测试资格。

（2）每条泳道三名裁判员计时，核对成绩无误后，现场由一名裁判员告知考生成绩。

3**、**测试流程

考生集合，考官宣读测试规则、方法、安全注意事项，按照考生考号进行排序，考生集体陆上准备活动（约8分钟），考生自主下水做专项准备活动（约25分钟），集体起水陆上休息调整（约15分钟），听考官指挥进入测试环节。

**（三）考生须知**

1**、**考生未按照规定时间要求到达考场的，取消测试资格。

2**、**考生在测试期间不得佩戴手机、录像机等电子设备，一经发现，取消测

试资格。

3**、**考生在测试期间不服从考官安排，扰乱考场纪律，一经发现，取消测试资格。

4**、**考生自带考察装备，包括游泳衣、游泳裤，泳镜、泳、拖鞋、浴巾等。

5**、**着装要求：禁止穿快速连体鲨鱼皮游泳衣、游泳裤；禁止穿分体游泳衣，禁止穿带裙边的游泳衣。

6**、**每个项目只进行一次测试。

7**、**本次测试执行中国游泳协会审定的2019-2022年游泳竞赛规则。