

全国高等学校体育教学指导委员会

关于举办第三届全国高校体育教师 教学与训练技能展示活动的通知

各相关高校：

为全面贯彻落实习近平新时代中国特色社会主义思想 and 党的二十大精神，深入学习贯彻习近平总书记关于教育和体育的重要论述，落实《中共中央国务院关于全面深化新时代教师队伍建设改革的意见》《中共中央办公厅国务院办公厅关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》等相关文件要求，围绕教育强国建设目标和立德树人根本任务，推进高素质、专业化、创新型体育教师队伍建设，经研究，全国高等学校体育教学指导委员会决定举办第三届全国高校体育教师教学与训练技能展示活动，由华南理工大学承办并代章签发。

现将活动方案印发给你们，按照相关要求组织参加。

- 附件：1. 第三届全国高校体育教师教学与训练技能展示活动方案
2. 邀请高校名单

3. 展示活动报名表

全国高等学校体育教学指导委员会
(华南理工大学代章)

2024年6月7日

附件1

第三届全国高校体育教师教学与训练技能展示活动方案

一、主办单位

全国高等学校体育教学指导委员会

二、执行单位

全国高等学校体育教学指导委员会公共体育学科组（以下简称“教指委公体组”）

三、承办单位

广东省教育厅 华南理工大学

四、技术服务单位

北京厚德宥马网络科技有限公司

广州华夏汇海科技有限公司

五、项目设置

排球、羽毛球、操舞类（健美操、艺术体操、啦啦操）

六、活动日期与地点

日期：2024年10月10日（星期四）至13日（星期日）

地点：华南理工大学（五山校区）

七、参加对象与邀请高校

（一）参加对象

全国各高等学校（含本科与专科）在编体育教师，且身体健康，本人上一年度学校考核合格以上并同意推荐报名。

（二）邀请对象

1. 特别邀请学校
2. 教指委公体组委员学校

邀请参加展示活动高校共计100所（附件2）。

八、展示活动组织与内容

（一）展示活动组织

本次展示活动分项目（排球、羽毛球、操舞类）组织展示。其中部分测试内容分为中年组和青年组，参与中年组的教师出生日期必须在1984年1月1日之前；参与青年组的教师出生日期必须在1984年1月1日（含）之后。

（二）展示活动内容

展示活动分为网络评审与现场测试两个环节，其中网络评审项目为教学（指导）设计与教学（指导）实践，现场测试项目为体能与技能。权重分配见下表：

网络评审 (50%)	现场测试 (50%)			
教学（指导）设计与实践 (50%)	体能 (10%)		技能 (40%)	
	体能一 (5%)	体能二 (5%)	技能一 (20%)	技能二 (20%)

1. 教学（指导）设计与教学（指导）实践内容（网络评审）

由说课与课堂教学（训练指导）两部分组成，两部分内容均要求制作视频。其中说课部分时长不超过5分钟，课堂教学（训练指导）时长为15分钟。

(1) 说课：参加教师可在本校学期体育课授课计划中抽取任一课次（实践课、2学时）。课堂教学内容与报名项目一致，内容一般应包括新授内容、复习内容和身体素质内容，说课内容应包含课程依据、实施条件、设计理念、学情与教材分析、教学策略、评价与教学效果预期、教学反思、课程资源与信息技术应用等。

训练指导的内容与报名项目一致，可在本年度任选一次训练课进行内容设计，训练指导内容应包括新授技术、战术演练和体能训练。

说课内容可参照课堂教学内容。

上述教学（指导）设计内容均可采用画中画格式。

(2) 教学（指导）实践：将本人说课同课次（2学时），在不改变原设计教学（指导）流程基础上，精简非主要程序和重复练习内容，将教学（指导）时间缩短到15分钟以内，并拍摄成教学视频。视频中应有教师本人的动作示范，班级规模统一确定为12人，视频应采用单机拍摄，连贯完整地体现教学全过程，不得进行剪辑合成。要体现教学中重难点的突破、教学方法手段的有效性及创新性。

选手提交作品为两部分合成后作品，总时长不超过20分钟。视频要求图像清晰稳定、声音清楚，可以配字幕，但视频中不得出现参与展示活动选手个人和单位相关信息。视频片头应显示课次与教学内容名称，片尾显示录制时间（例如：2024年8月15日 17:55:35）。

视频格式统一为MP4格式。

2. 体能（现场测试）

测试者根据分组按时检录入场。

（1）基础体能

测试内容：90秒跳绳

测试方法：测试者根据设备播报序号或姓名入场，立即将跳绳调至适宜长度，双腿并拢，呈自然站立。听到“裁判员准备、运动员准备-5、4、3、2、1-跳”的口令时，采用单摇并脚跳或单摇双脚轮换跳的方式进行。每跳跃1次且摇绳1周，设备计数为1次。每到30秒、10秒、5秒有倒计时播报，当听到“停”的口令后停止运动，设备上显示跳绳数量，裁判员确认成绩有效后，主机播报成绩，测试者离场。每人测试1次。

（2）排球体能

测试内容：半米字移动

测试方法：如图2-1所示，测试者面向球网，两脚分别站在0点（端线中点）起点线两侧，拍击0点电子标志灯起动，开始计时，先移动到①号点，拍击①号点电子标志灯后，立即返回0点并拍击0点电子标志灯，再移动到②号点，依此类推，直到拍击⑤号点电子标志灯后回到0点，拍击0点电子标志灯计时停止，测试结束，确认成绩。须依次拍击每个电子标志灯，成功则灯亮，若未亮灯应返回重拍，否则不计成绩。每人测试1次。

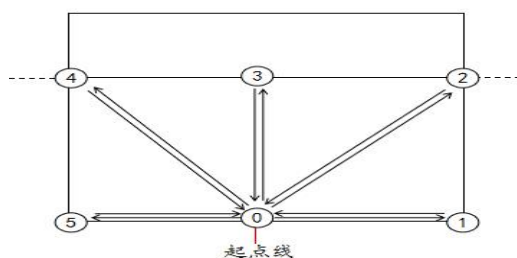


图2-1 半米字移动

(3) 羽毛球体能

测试内容：前后左右移动

测试方法：如图2-2所示，测试者站在起点处（场地中线和底线交叉点后），听到“预备—跑”口令，开始测试。沿着中线采用直线上网步法，用手拍击球网上的电子标志灯，成功则灯亮，并发出“滴”的一声后，直线后退用脚踩到起点线即为完成1次前后移动，反复进行5次。

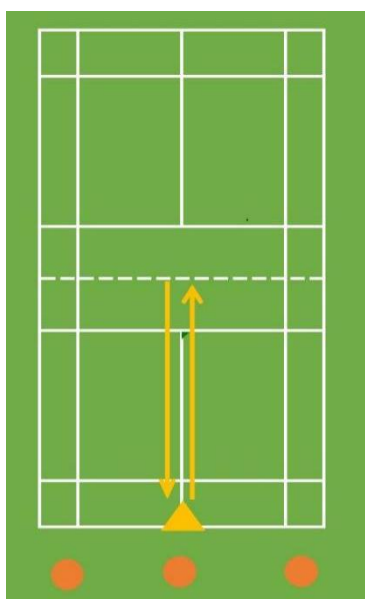


图2-2 前后移动示意图

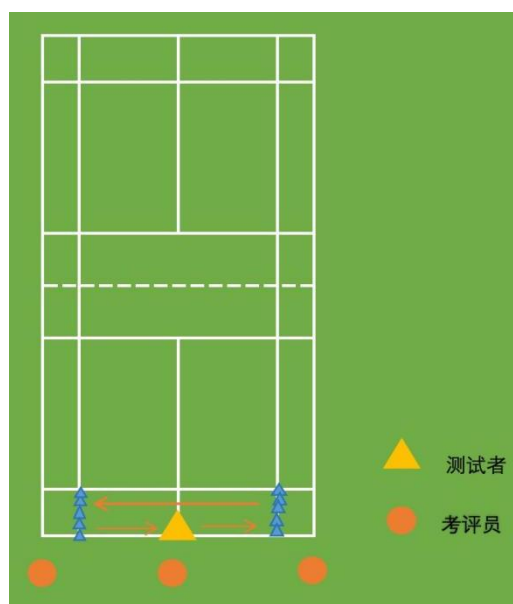


图2-3 左右移动示意图

（注：图2-3的空心小三角形为放置在单打边线上的标志灯）

然后，如图2-3所示，以右侧移动步法至场地右侧用手拍击一次右边线上的标志灯，成功则灯亮，并发出“滴”的一声，再

用左侧移动步法至场地左侧用手拍击一次左边线上的标志灯，成功则灯亮，并发出“滴”的一声，然后以右侧移动步法回到起点，反复进行5次（除反手拍击标识灯可转身外，须全程面对球网）。前后移动未踩到底线和未拍亮球网上的标识灯视为违例，应重新击拍标识灯且标识灯亮起同时发出“滴”一声才能继续；左右移动时未击拍到边线的标识灯或反手击拍标识灯后没有转体面向球网视为违例，应重新击拍标识灯或回到边线转体面向球网才能继续。完成所有移动后回到起点处踩到“线”停止计时，记录完成时间，测试结束，确认成绩后播报。每人测试1次。

（4）操舞类体能：

测试内容：30秒仰卧起坐

测试方法：测试者到对应的红框测试区域，准备就绪举手示意，听到“请躺平”口令后，在测试区域仰卧、双手抱头、双腿屈膝约90度、双脚固定于垫子一端，系统判定测试者躺平后发出“开始测试”口令，测试开始。上身起至超过垂直于地面记作1次。测试过程中，双手未抱头、腿部夹角超出75度至105度的夹角范围、脚离地（有语音提示），则不计数，起身时未达到与地面垂直位置、上身下落时背部未完全触地，则不计数（无语音提示）。听到“测试结束”口令后停止动作。测试结束，确认成绩并播报。每人测试一次。

3. 专项技能

（1）排球（使用发球机）

① 接发球

测试方法：如图3-1所示，测试者在规定区域内（5或1号位）准备，听到“左半场区测试开始”口令后，发球机从对面发球区发球，测试者先在左半场区接5次球，待听到“右半场区测试开始”口令，再到右半场区接5次球，共接10次球，待听到“结束”口令停止测试，确认成绩。每次根据接球进入区域的不同获得相应的分数，累计10次接发球得分为最终成绩。每人测试1次。若发球机出现发球出界等失误或发球擦网等异常球情况，经考评员确认后，测试者该次接发球可重新进行。

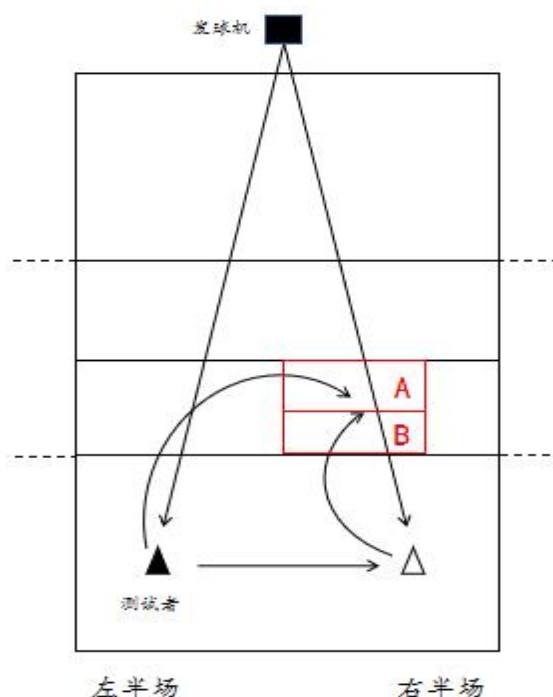


图3-1 接发球示意图

② 扣球

测试方法：测试者一人连续扣发球机从网前二传位置的传球。如图3-2所示，测试者站在起点处（白色三角形标志处），听到“直线扣球测试开始”口令，发球机将球传至扣球区（黑色三角

形标志处)，测试者启动进行扣球，每名测试者先连续扣5次直线。待听到“斜线扣球测试开始”口令后，发球机将球传至扣球区（黑色三角形标志处），测试者启动进行扣球，连续扣5次斜线，共扣球10次，听到“结束”口令停止测试，确认成绩。根据每个球落点区域的不同获得相应的分数，满分20分，同时根据每个扣球的技术效果考评员进行技术评分，满分5分，累计10次扣球量化得分和技术评分为最终成绩。扣球位置（二或四号位）测试者可自行选定，一旦选定不得中途更改。每人测试1次。如发球机传球出现明显失误，经考评员确认，测试者该次扣球可重新进行。

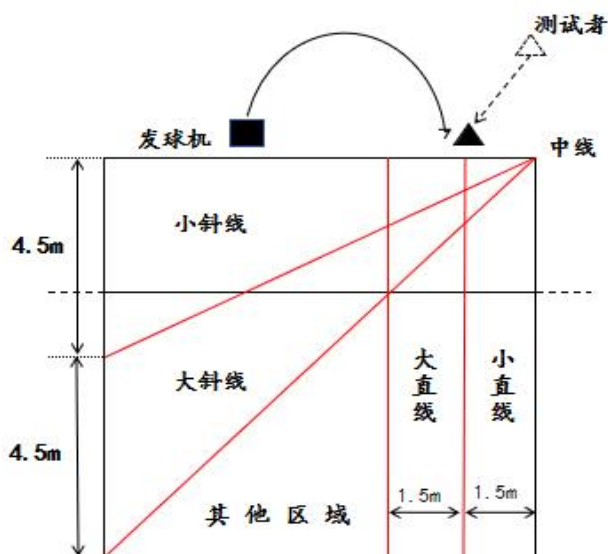


图3-2 扣球示意图

(2) 羽毛球（使用发球机）

① 前场击球

测试方法：测试者入场，站在前发球线后准备，落点必须严格按照 A、B、C、D 的顺序进行（落点面积均为 100cm×100cm，A、B 区从立柱中线和边线外沿测量，C、D 区从端线和边线外沿测量），测试者需提前告知裁判员最后两球的区域选择，A、B 区域任选其一，C、D 区域任选其一。先进行右侧场区击球（共 10 个球）：如图 3-3 所示，在听到“右侧场区击球（共 10 个球）-开始”口令后，由发球机向测试者右侧网前抛球，测试者按照 A、B、C、D 固定的顺序，运用放、勾、推技术将球击到指定区域内，并轮转 2 次（共击 8 个球），最后两球应击到现场选择的 2 个区域内，待听到“右侧场区击球结束”后停止。

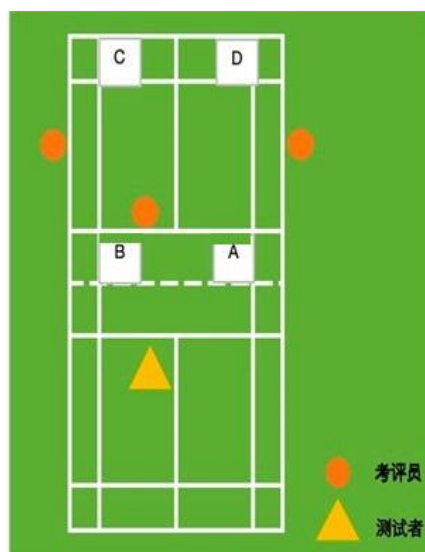
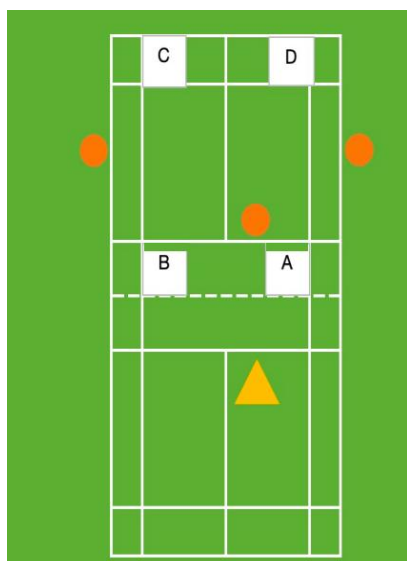


图3-3 前场右侧场区示意图 图3-4 前场左侧场区示意图

然后进行左侧场区击球（共10个球）：如图3-4所示，待听到“左侧场区击球（共10个球）-开始”口令信号后由发球机向

测试者左侧网前抛球，测试者站在前发球线后侧，按照固定的顺序，运用勾、放、推技术将球分别击到指定的区域A、B、C、D内，并轮转2次（共击8个球），最后两球应击到现场选择的2个区域内，待听到“左侧场区击球结束”口令测试结束。测试结束确认成绩并播报。每人测试1次。

②后场击球

测试方法：落点必须严格按照A、B、C、D的顺序进行（落点面积均为100cm×100cm，A、B区从前发球线往端线和边线外沿测量，C、D区从端线和边线外沿测量），测试者入场，站在后场双打发球线前准备，并提前告知裁判员最后两球的区域选择，A、B区域任选其一，C、D区域任选其一。先进行右侧场区击球（共10个球）：如3-5所示，在听到“右侧场区击球（共10个球）-开始”口令后，由发球机发高远球，测试者分别运用高远球和吊球技术将球分别击到指定区域A、B、C、D内，并轮转2次，最后两球应击到提前选择的2个区域内，待听到“右侧场区击球结束”信号后停止右侧击球；

然后进行左侧场区击球（共10个球）：如3-6所示，待听到“左侧场区击球（共10个球）-开始”口令信号后由发球机发高远球，测试者在后场双打发球线前分别运用高远球和吊球技术将球分别击到指定区域A、B、C、D内，并轮转2次，最后两球应击到提前选择的2个区域内。测试者在指定区域内准备击球时要求快速吊球，进入吊球落点有效区域为成功。测试者移动到击球位置起跳或原地吊球。发球机发球没有发到测试者站位区域时，测

试者可以不接，发球机重新发球，待听到“左侧场区击球结束”口令测试结束，测试结束后确认成绩并播报。每人测试1次。

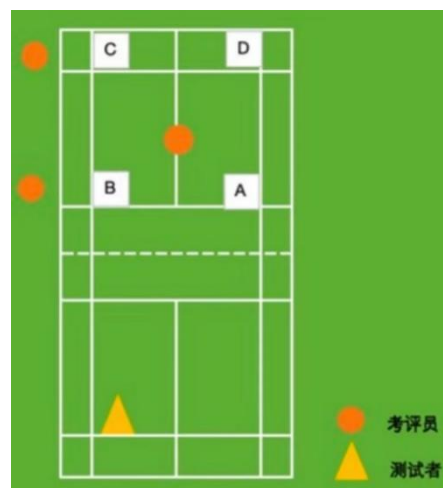
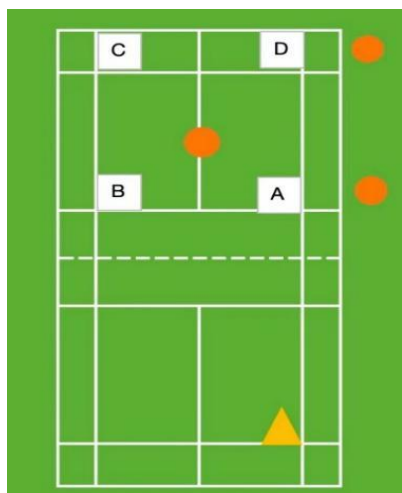


图3-5 后场右侧场区示意图 图3-6 后场左侧场区示意图

(3) 操舞类

① 规定动作

测试内容：由中国大学生体育协会健美操与艺术体操分会发行的以下规定动作，展示时长要求为从音乐开始起计时，不超过（ \leq ）1分30秒。

项目	内容	套路
健美操	中国大学生校园健美操规定动作	中级
艺术体操	中国学生艺术体操竞赛规定动作 (学生艺术体操技术等级动作标准)	6级带

啦啦操	2022版中国大学生啦啦操规定动作	花球
-----	-------------------	----

组织方式：根据报名情况，将健美操与啦啦操规定动作以组为单位进行展示。艺术体操项目采用单人展示。

规定动作音乐由大会统一提供。

②自选动作

测试内容：健美操、艺术体操、啦啦操自选动作展示，时间不得超过（≤）1分钟，音乐开始前，允许录一个提示音信号。

组织方式：自选动作由抽签排位逐一展示。展示者自备音乐，并在报到时提交 MP3 格式的自选动作音乐文件。

编排要求：展示自选动作内容只限于健美操、啦啦操、艺术体操三个项目。自选动作内容编排应按照各专项竞赛规则要求展示出专项基本动作、专项技能动作及项目特有艺术表现形式。自选动作编排须以安全为基础并符合测试者运动能力和水平。

（测试内容评分标准见本规程附件 1-1）

九、报名与参加办法

（一）报名

1.教指委公体组委员学校及邀请的高校，每所高校最多可选派3名教师参加（同一单位参加者需不同项目，若同项目需不同组别）。参与展示活动的教师以所在学校为单位，直接向承办单位报名（报名表见附件3），只接收附件2邀请学校的报名，不接收其它形式的报名。

羽毛球、排球高水平运动队建设高校的体育教师积极报名参加，健美操、啦啦操、艺术体操项目只能选一项报名。

网络评审拍摄项目与现场测试项目需一致。

2. 各参与单位须报组队负责人 1 名。

3. 所有报名参与单位务必在8月30日17:00前将纸版报名表汇总签章盖章件转成PDF格式和WORD电子版一起发送到承办单位（联系人：杨敏伶、戴伟川，邮箱：x2ty@scut.edu.cn，联系电话：18998382576、13570463595），逾期不再受理。一经报名，不得更换。

（二）参加办法

参与展示活动的教师根据本方案要求，在规定时间内提交作品（上传视频）供网络评审，并做好现场体能与技能测试的各项准备。

1. 网络上传时间和地址

网络评审作品于2024年9月9日10:00至9月14日23:59上传至<https://match.328ym.com/2409qgsHtml>。登录网页注册后，按照操作指南上传。

2. 视频规格及要求

（1）视频质量需达到高清要求，文件大小小于300M（视频文件能够在电脑上清晰播放）。视频录制软件不限，采用H.264编码格式压缩，动态码流的码率不低于1024Kbps，不超过1280Kbps。分辨率设定为720×576（标清4:3拍摄）或1280×720（高清16:9拍摄），采用逐行扫描（帧率25帧/秒）。视频文件按要求格式进行命名，采用MP4格式封装。

（2）采用“同步录音”，音质清晰。

(3) 文件命名：“学校+选手姓名+项目”再进行上传。例如：华南理工大学张三健美操。

3. 作品上传问题咨询

本次活动网络评审在系统使用过程中遇到问题，请联系：冯丽蓉010-61734973。

十、成绩评定及奖项设置

(一) 成绩评定

本次展示活动成绩评定采用百分制，总成绩为各项成绩折算后的总和。若总成绩相等，则依据以下原则进行排序：

1. 分别依次按网络评审、现场测试成绩排序；
2. 若仍相等，则依次按照技能一、技能二、体能一、体能二的顺序，分别对测试项目的次数、时数或个数进行比较，成绩列前者，名次在前。

(二) 等级设置

本次展示活动成绩设个人一等、二等和三等三个等级，分项目按相应比例设置。

十一、报到与费用

(一) 报到

参加现场展示的各单位请于10月10日（星期四）下午16:00前到报到并适应场地，16:00召开联席会议。

地点：华南理工大学五山校区清清文理楼108会议室。

(二) 收费

本次活动不收活动费，参加人员的交通、食宿、服装、意外险等费用由所在单位负责。

十二、申诉

对展示活动成绩有异议，可在成绩公布后1小时内，以书面形式实名向仲裁委员会提出申诉，仲裁委员会应在接到申诉2小时内作出裁定，此裁定为最终决定。

十三、其他

（一）参加展示活动的视频作品必须为本人原创，不得抄袭他人作品，侵害他人版权；如有侵犯他人著作权或不良信息内容，责任自负并取消其参与资格；展示活动以公平、公正、公开、公益为原则。参加展示活动人员享有作品的著作权；教师一旦参与活动视同授权主办单位及其授权单位享有网络传播权。

（二）本次展示活动器械由大会统一提供。

排球型号为：MIKASA-V200W

排球模拟发球器：SA/冠越体育123-1302

羽毛球：双鱼·金雀超级耐打王；

羽毛球发球机：双鱼DF-B100

跳绳型号为：汇海HHTC800—TS，

仰卧起坐型号为：汇海HHTC800—AI YW。

（三）本展示活动方案解释权属全国高等学校体育教学指导委员会，未尽事宜届时由联席会议商定。

附件 1-1

评分标准

一、网络评审（视频评审）

教学（指导）设计与教学（指导）实践评分标准

一级指标	二级指标	指标说明
理念与目标 10分	设计理念 (5分)	适应新时代对人才培养的要求，紧扣“健康第一”的课程理念和“四位一体”课程总体目标，充分体现体育课程特点和在全面育人中的独特作用，突出学生的主体性，以及教与学活动有机结合，有效融合现代教育技术手段；设计思路清晰并具有创新性。
	教学目标 (5分)	教学目标表述明确、相互关联，重点突出、可评可测，陈述规范；注重通过课程学习实现知识认知、技能掌握、体能发展和身心素养的提高。
内容与对象 15分	选题价值 (5分)	选题为教学中常见、典型、有代表性教学内容，能反映高校体育课程特点，体现运动项目核心技能与素养。
	教学内容 (5分)	教学内容有效支撑教学目标的实现，选择科学严谨、容量适度，安排合理、衔接有序、结构清晰，并能有效吸收新的成果和技术。教师对教材（教学内容）理解正确、准确，能有效梳理出教与学过程中的重点和难点。
	教学对象 (5分)	熟悉教学班的学生结构，客观分析学生的知识基础、认知能力、学习特点、专业特性等，详实反映学生体能与技能上整体与个体情况、差异性，准确预判教学难点及其掌握可能。课堂教学班为12人。
策略与方法 40分	教学手段 (10分)	教学手段的选择与运用具有实效性，有利于教学目标的达成、重点难点突破和学生学习积极性调动；充分融合课程思政元素，并贯穿于教学全过程，教学媒介选择恰当，辅助教学效果良好。

	教学方法 (15分)	能根据教学需求选用灵活适当的教学方法，启发和激活学生学习主动性及创造性思维能力；正确运用评价、激励等教学方法。关注重点、难点的解决，能够针对学习反馈及时调整教学，突出学生中心，实行因材施教。
	教学流程 (10分)	按照教学设计实施教学，组织合理、规范，口令指挥得当；各环节衔接自然，时间安排恰当；运动负荷与练习密度与预期基本一致；合理运用信息技术、数字资源、信息化教学设施设备提高教学与管理成效。
	课程资源 (5分)	建有与教学相配套的课程资源，能实施线上线下相融合的教学模式，选用教材为国家规划教材或优秀教材。
能力与素质 15分	讲解示范 (10分)	教师讲解声音洪亮，表述规范，表达自然，时机把握得当；具有较好的基本功和展示能力，示范正确，动作优美；讲解示范结合恰当。
	综合表现 (5分)	充分展现新时代高校体育教师良好的师德师风、教学技能和信息素养；教师课堂教学态度认真、严谨规范、表述流畅、亲和力强，时间布局合理、准确，课堂驾驭力强。
技术与规范 10分	技术规范 (5分)	按照规定的技术标准设计和制作视频，视频时长控制在20分钟；视频图像清晰稳定、构图合理、声音清楚。
	技术运用 (5分)	合理运用技术手段改善视频效果，主、辅界面配合得当，观赏效果好。
效果与特色 10分	目标达成 (5分)	教学环境满足需求，教学活动开展有序，教学互动深入有效，教学气氛生动活泼，完成预定的教学目标；说课时能够清晰表述课的设计以及方法、手段运用的原理与依据。
	特色创新 (5分)	能够通过课程教学引导学生树立正确的理想信念、养成正确的健康观和终身受益的健身能力，能够创新课程教学模式，给学生深刻的学习体验；具有较好借鉴和推广价值。

二、体能

1.90秒跳绳评分标准

青年组 (男/女)				中年组 (男/女)			
分值	个数	分值	个数	分值	个数	分值	个数
100	242	68	178	100	222	68	158
98	238	66	174	98	218	66	154
96	234	64	170	96	214	64	150
94	230	62	166	94	210	62	146
92	226	60	162	92	206	60	144
90	222	58	158	90	202	58	140
88	218	56	154	88	198	56	136
86	214	54	150	86	194	54	132
84	210	52	146	84	190	52	128
82	206	50	144	82	186	50	124
80	202	45	140	80	182	45	120
78	198	40	130	78	178	40	110
76	194	30	120	76	174	30	100
74	190	20	110	74	170	20	90
72	186	10	100	72	166	10	80
70	182	1	90	70	162	1	70

2.排球体能评分标准：半米字移动

青年组 (男/女)

分值	成绩 (秒)		分值	成绩 (秒)		分值	成绩 (秒)	
	男	女		男	女		男	女
100	14.0	16.0	52	16.4	18.4	23	18.8	20.8
98	14.1	16.1	50	16.5	18.5	22	18.9	20.9
96	14.2	16.2	48	16.6	18.6	21	19.0	21.0
94	14.3	16.3	46	16.7	18.7	20	19.1	21.1
92	14.4	16.4	44	16.8	18.8	19	19.2	21.2

90	14.5	16.5	42	16.9	18.9	18	19.3	21.3
88	14.6	16.6	41	17.0	19.0	17	19.4	21.4
86	14.7	16.7	40	17.1	19.1	16	19.5	21.5
84	14.8	16.8	39	17.2	19.2	15	19.6	21.6
82	14.9	16.9	38	17.3	19.3	14	19.7	21.7
80	15.0	17.0	37	17.4	19.4	13	19.8	21.8
78	15.1	17.1	36	17.5	19.5	12	19.9	21.9
76	15.2	17.2	35	17.6	19.6	11	20.0	22.0
74	15.3	17.3	34	17.7	19.7	10	20.1	22.1
72	15.4	17.4	33	17.8	19.8	9	20.2	22.2
70	15.5	17.5	32	17.9	19.9	8	20.3	22.3
68	15.6	17.6	31	18.0	20.0	7	20.4	22.4
66	15.7	17.7	30	18.1	20.1	6	20.5	22.5
64	15.8	17.8	29	18.2	20.2	5	20.6	22.6
62	15.9	17.9	28	18.3	20.3	4	20.7	22.7
60	16.0	18.0	27	18.4	20.4	3	20.8	22.8
58	16.1	18.1	26	18.5	20.5	2	20.9	22.9
56	16.2	18.2	25	18.6	20.6	1	21.0	23.0
54	16.3	18.3	24	18.7	20.7			

中年组 (男/女)

分值	成绩 (秒)		分值	成绩 (秒)		分值	成绩 (秒)	
	男	女		男	女		男	女
100	14.8	16.8	52	17.2	19.2	23	19.6	21.6
98	14.9	16.9	50	17.3	19.3	22	19.7	21.7
96	15.0	17.0	48	17.4	19.4	21	19.8	21.8
94	15.1	17.1	46	17.5	19.5	20	19.9	21.9
92	15.2	17.2	44	17.6	19.6	19	20.0	22.0
90	15.3	17.3	42	17.7	19.7	18	20.1	22.1

88	15.4	17.4	41	17.8	19.8	17	20.2	22.2
86	15.5	17.5	40	17.9	19.9	16	20.3	22.3
84	15.6	17.6	39	18.0	20.0	15	20.4	22.4
82	15.7	17.7	38	18.1	20.1	14	20.5	22.5
80	15.8	17.8	37	18.2	20.2	13	20.6	22.6
78	15.9	17.9	36	18.3	20.3	12	20.7	22.7
76	16.0	18.0	35	18.4	20.4	11	20.8	22.8
74	16.1	18.1	34	18.5	20.5	10	20.9	22.9
72	16.2	18.2	33	18.6	20.6	9	21.0	23.0
70	16.3	18.3	32	18.7	20.7	8	21.1	23.1
68	16.4	18.4	31	18.8	20.8	7	21.2	23.2
66	16.5	18.5	30	18.9	20.9	6	21.3	23.3
64	16.6	18.6	29	19.0	21.0	5	21.4	23.4
62	16.7	18.7	28	19.1	21.1	4	21.5	23.5
60	16.8	18.8	27	19.2	21.2	3	21.6	23.6
58	16.9	18.9	26	19.3	21.3	2	21.7	23.7
56	17.0	19.0	25	19.4	21.4	1	21.8	23.8
54	17.1	19.1	24	19.5	21.5			

3.羽毛球体能评分标准：前后左右移动
青年组（男/女）

分值	成绩		分值	成绩	
	男	女		男	女
100	33.0	36.0	50	38.0	41.0
95	33.5	36.5	45	38.5	41.5
90	34.0	37.0	40	39.0	42.0
85	34.5	37.5	35	39.5	42.5
80	35.0	38.0	30	40.0	43.0

75	35.5	38.5	25	40.5	43.5
70	36.0	39.0	20	41.0	44.0
65	36.5	39.5	15	41.5	44.5
60	37.0	40.0	10	42.0	45.0
55	37.5	40.5	5	42.5	45.5

中年组 (男/女)

分值	成绩		分值	成绩	
	男	女		男	女
100	34.5	37.5	50	39.5	42.5
95	35.0	38.0	45	40.0	43.0
90	35.5	38.5	40	40.5	43.5
85	36.0	39.0	35	41.0	44.0
80	36.5	39.5	30	41.5	44.5
75	37.0	40.0	25	42.0	45.0
70	37.5	40.5	20	42.5	45.5
65	38.0	41.0	15	43.0	46.0
60	38.5	41.5	10	43.5	46.5
55	39.0	42.0	5	44.0	47.0

注：分值之间的空位分数，每 0.1 秒为 1 分，不足 0.1 秒降一分值计分。例如 80-85 分，84 分为 36.1 秒；36.17 秒则计为 36.2 秒，83 分。

4. 操舞类体能评分标准：30秒仰卧起坐（未达到列表中次数不得分）

青年组 (男/女)

分值	成绩 (次)		分值	成绩 (次)	
	男	女		男	女
100	28	27	45	21	20
90	27	26	40	20	19
80	26	25	30	19	18

70	25	24	25	18	17
60	24	23	20	17	16
55	23	22	15	16	15
50	22	21	10	15	14

中年组 (男/女)

分值	成绩 (次)		分值	成绩 (次)	
	男	女		男	女
100	25	24	45	18	17
90	24	23	40	17	16
80	23	22	30	16	15
70	22	21	25	15	14
60	21	20	20	14	13
55	20	19	15	13	12
50	19	18	10	12	11

三、专项技能

(一) 排球

1. 接发球

接发球评分表

测试要求 与示意图	<p>1.距右侧边线1.5米处，由中线和三米线形成一个3x3米的正方形区域。</p> <p>2.在距离三米线1米处，画一条平行于三米线的直线。</p> <p>3.将正方形区域分成A、B两部分。靠球网部分为A区 (2×3米)，靠三米线部分为B区 (1x3米)。</p> <p>4.球网高度：男子2.43米，女子2.24米。</p>	
	0分	

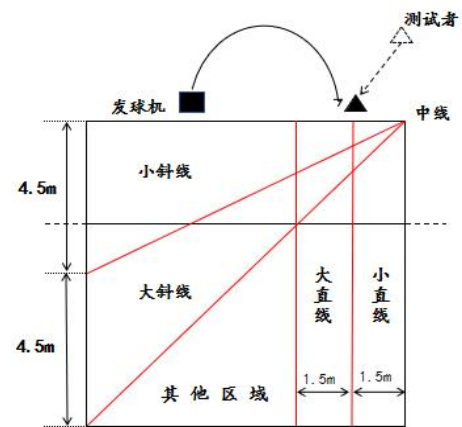
1分	接球高于球网1米以上，且球落点进入B区	20分
2分	接球高于球网1米以上，且球落点进入A区（含A区四条边线）	

接发球分数换算表（青年/中年组）

分值	100	95	90	85	80	75	70	65	60	55
成绩	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11
分值	50	45	40	35	30	25	20	15	10	5
成绩	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

2.扣球

扣球评分表

测试要求与示意图	<p>1.扣球技术动作必须完整，具有一定的力量、速度和攻击力。</p> <p>2.搓吊球技术（引臂和挥臂击球动作中，肘关节未高于肩）和击出球呈抛物线飞行，属于犯规技术，不得分。</p> <p>3.扣球出界和未过网不得分，扣球擦网和滚网，根据擦网和滚网过网后的实际落点和情况计分。</p> <p>球网高度：男子 2.43 米，女子 2.24 米。</p>		
	直线扣球量化评分	<p>0 分 扣球失误或犯规技术</p> <p>0.5 分 扣球落点在场内直线区以外的其它区域</p> <p>1 分 扣球落点在 1.5 米大直线区内</p> <p>2 分 扣球落点在 1.5 米小直线区内</p>	
斜线扣球量化评分	<p>0 分 扣球失误或犯规技术</p> <p>0.5 分 扣球落点在场内斜线区以外的其它区域</p> <p>1 分 扣球落点在大斜线区内</p> <p>2 分 扣球落点在小斜线区内</p>	5 分	
技术评分	<p>0.4-0.5 分 扣球具有较大的力量和速度，具备较强的攻击力</p> <p>0.2-0.3 分 扣球具有较好的力量和速度，具备较好的攻击力</p>		

	0.1 分	扣球力量、速度和攻击力一般	
	0 分	扣球无力量和速度，失误或犯规	
合计			满分 25 分

注：百分制分数为上表得分乘以 4。

(二) 羽毛球

1. 前场击球评分标准

青年组

分值	成绩 (个)	分值	成绩 (个)
100	16 (含) 以上	55	7
95	15	50	6
90	14	45	5
85	13	40	4
80	12	35	3
75	11	30	2
70	10	25	1
65	9	0	0
60	8		

中年组

分值	成绩 (个)	分值	成绩 (个)
100	13 (含) 以上	65	6
95	12	60	5
90	11	55	4
85	10	50	3
80	9	45	2
75	8	40	1
70	7	0	0

2.后场击球评分标准

青年组

分值	成绩 (个)	分值	成绩 (个)
100	16 (含) 以上	55	7
95	15	50	6
90	14	45	5
85	13	40	4
80	12	35	3
75	11	30	2
70	10	25	1
65	9	0	0
60	8		

中年组

分值	成绩 (个)	分值	成绩 (个)
100	13 (含) 以上	65	6
95	12	60	5
90	11	55	4
85	10	50	3
80	9	45	2
75	8	40	1
70	7	0	0

(三) 操舞类

1.规定动作

分值比例	评价内容
基本动作 (30 分)	1.操化、舞蹈等基本动作的风格与专项特点; 2.基本动作的技术合理性与正确性; 3.成套基本动作的完成水平。

专项技能 (40 分)	1.专项技能动作的风格与特点; 2.专项技能动作的技术合理性与正确性; 3.专项技能动作的难度与完成水平。
艺术表现 (20 分)	1.身体动作表现与音乐风格的一致性 2.身体动作表现与音乐的一致性; 3.成套动作艺术感染力。
总体印象 (10 分)	1.发型发饰的恰当性; 2.着装恰当性; 3.体型体态; 4.动作的总体美感; 5.其他言行举止。
<p>评分标准:</p> <p>基本动作: 差 0-5 分, 中 6-15 分, 良 16-25 分, 优 26-30 分。</p> <p>专项技能: 差 0-10 分, 中 11-20 分, 良 21-35, 优 36-40 分。</p> <p>艺术表现: 差 0-5 分, 中 6-10 分, 良 11-15, 优 16-20 分。</p> <p>总体印象: 差 0-2 分, 中 3-5 分, 良 6-8 分, 优 9-10 分。</p>	

2.自选动作

分值比例	评价内容
基本动作 (30 分)	1.基本动作的风格与专项特点; 2.基本动作的技术合理性与正确性; 3.成套动作的流畅性及熟练程度。
专项技能 (30 分)	1.成套动作的风格与专项特点; 2.成套动作的难度运用与完整完成水平; 3.成套动作的技术运用正确性与合理性。
艺术表现 (30 分)	1.音乐运用须与展示者的技术水平、艺术素养, 以及项目特征相符合; 2.身体动作表现力与感染力; 3.成套编排的丰富性与多样性 (含难度动作、空间与路线运用等)。
总体印象 (10 分)	1.发型发饰的恰当性; 2.着装恰当性; 3.体型体态; 4.动作的总体美感;

	5.其他言行举止。
<p>评分标准:</p> <p>基本动作、专项技能、艺术表现: 差 0-5 分, 中 6-15 分, 良 16-25 分, 优 26-30 分。</p> <p>总体印象: 差 0-2 分, 中 3-5 分, 良 6-8 分, 优 9-10 分。</p>	

附件 2

邀请高校名单 (100所)

序号	省份	学校	序号	省份	学校
1	北京	北京大学	51	江西	江西师范大学
2		清华大学	52		井冈山大学
3		北京交通大学	53	山东	山东大学
4		北京工业大学	54		山东科技大学
5		北京工业职业技术学院	55		青岛大学
6	天津	天津大学	56	河南	郑州大学
7		天津师范大学	57		河南工业大学
8		天津体育学院	58		河南大学
9		天津电子信息职业技术学院	59		河南师范大学
10	河北	华北理工大学	60		河南财经政法大学
11		河北师范大学	61	湖北	武汉大学
12		河北金融学院	62		华中科技大学
13	山西	山西大学	63		湖北工业大学
14		太原理工大学	64		武汉职业技术学院
15		山西师范大学	65	湖南	中南大学
16	山西财经大学	66	湖南师范大学		
17	内蒙古	内蒙古大学	67		长沙民政职业技术学院
18		内蒙古科技大学	68	广东	华南理工大学
19		呼和浩特职业学院	69		暨南大学
20	辽宁	大连理工大学	70	华南师范大学	
21		东北大学	71	广州体育学院	
22		辽宁师范大学	72	广东科学技术职业学院	
23		吉林	吉林大学	73	广西
24	东北师范大学		74	广西民族大学	

25	黑龙江	哈尔滨工业大学	75	海南	广西体育高等专科学校
26		哈尔滨工程大学	76		海南大学
27		哈尔滨体育学院	77		海南师范大学
28	上海	上海交通大学	78	重庆	重庆大学
29		东华大学	79		西南大学
30		上海体育大学	80		重庆文理学院
31		上海大学	81		重庆工商大学
32	江苏	南京大学	82	四川	四川大学
33		南京理工大学	83		西南交通大学
34		南京工业大学	84		电子科技大学
35		南京农业大学	85	贵州	贵州大学
36		南京信息职业技术学院	86		贵州师范大学
37		南京邮电大学	87		云南大学
38	浙江	浙江大学	88	云南	昆明理工大学
39		浙江理工大学	89		云南财经大学
40		浙江财经大学	90	西藏	西藏民族大学
41		浙江经济职业技术学院	91	陕西	西安交通大学
42	浙江树人学院	92	西安建筑科技大学		
43	安徽大学	93	长安大学		
44	安徽	合肥工业大学	94	甘肃	西安邮电大学
45		安徽师范大学	95		兰州交通大学
46	福建	厦门大学	96	青海	西北民族大学
47		集美大学	97		青海大学
48		福建师范大学	98	宁夏	宁夏大学
49		福建船政交通职业学院	99	新疆	新疆大学
50	南昌大学	100	新疆师范大学		

注：每所学校最多选派三名不同项目教师参加（若项目相同需不同组别）

附件3

展示活动报名表

高校名称（签章）：_____负责人：_____

联系人：_____联系电话：_____邮箱：_____

教师登记表

序号	姓名	性别	出生年月	职称	项目	组别	联系电话
1							
2							
3							

负责人登记表

序号	姓名	性别	职称	职务	联系电话	备注
1						