2016年人大附中小升初**足球**特长生招生方案

**一、招收项目：**男足   
**二、招收条件：**按海淀区统一要求。   
**三、考查地点：**人大附中足球场   
**四、考查时间：**5月21日   
**五、项目的考查内容及标准：**   
(一) 考查内容   
　  1. 考查内容分为素质部分、技术部分以及比赛。   
　  素质部分：① 30米跑 ② 10米×4往返跑 ③立定跳远   
　  技术部分：① 运球绕杆　  
　  2. 总分（100分）＝素质分（30分）＋专项分（20分）＋比赛（50分）   
(二) 考查说明   
　  ①运球绕杆（20分）：往返距离为40米（20米往返），设10根标志杆，杆间距离不等，起跑至第一杆距离为1米，第二杆距离为2米，第三杆距离为3米，第四杆距离为2米，第五杆距离为3米，第六杆距离为2米，第七杆距离为1米，第八杆距离为2米，第九杆距离为3米，第十杆距离至往返线距离为1米。听到出发信号，从起点运球出发，一次运球成s形绕杆，不得碰倒标志杆（漏杆必须补过），往返运球回到出发线（人、球均到线）时停表。   
  　②比赛评价（50分）：比赛评价由考官根据球员在比赛中的表现进行打分，分值应在1-50分之间。   
　  
考查标准

1.　30米跑 



2. 10米×4往返跑 



3. 立定跳远 



4.　 运球绕杆



2016年人大附中小升初**篮球**特长生招生方案

**一、招收项目：**篮球（只限男篮）   
**二、招收条件：**按海淀区统一要求。   
**三、考查地点：**人大附中三师篮球场   
**四、考查时间：**　  
**五、项目的考查内容及标准：**   
　  1. 考查内容分为素质考查、专项考查及比赛。   
　  素质考查：助跑摸高　脚步综合考查   
　  专项考查：① 30秒半场左右手上篮　　  
　  ② 半场一对一攻防   
　  全场比赛   
　  2. 总分（100分）=素质分（20分）专项分+（40分）+比赛（40分）   
**六、考查说明**   
　  1. 助跑摸高 （10分）   
　　运动员必须单脚起跳，单手触摸高度标记，助跑距离和方向不限。每人可跳3次，记录最好成绩。考查员应站于一侧，平视所触的高度标记。   
    2.脚步综合考查（10分）   
　  各种基本脚步考查，学生按照考查老师的要求做折返脚步练习.   
　  3.30秒半场左右手上篮（25分）   
　  运动员从标志桶（左右不限）运球出发，三步上篮后运球至场地另一端标志桶，绕过标志桶折返，换运球手运球上篮，运球上篮未进时须补篮。时间30秒，计算投篮入球数。投进一个计3分。   
　  4.半场一对一攻防（15分）   
　  要求：进攻队员必须有变向换手的变化，防守队员要正确选位和移动。   
　  5.全场比赛（40分）   
   
**七、评分标准**   
　  1．助跑摸高 



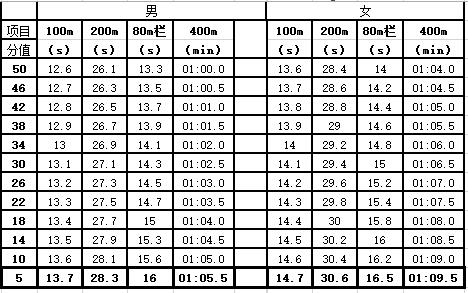
　  2．技评标准 



**八、注意事项：**考查期间参加测验的学生进篮球场地参加测验，家长在外等候。

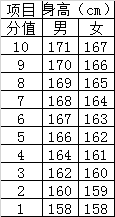
2016年人大附中小升初**田径**特长生招生方案

**一、招收项目：** 100米、200米、400米、80米栏（以上项目男女均不限）   
**二、招收条件：**按海淀区统一要求。　  
**三、考查地点：**人大附中田径场   
**四、考查时间：**2016年5月21日　  
**五、项目的考查内容及标准：**   
　  考查项目：专项、身体形态、技术评价、身体素质   
　  总分100分=专项考查成绩50分+身体形态10分+技术评价20分+身体素质20分   
　  身体素质包含：立定跳远10分、后抛实心球10分　  
　  专项考查必须从招收项目中选择其中任意一项（100米、200米、400米、80米栏）   
　  **专项考查成绩满足最低标准后进行后三项考查.**5.1 专项考查标准： 



注：最低标准为该项目最低分值

5.2 技术评价考查内容：   
　  ? 动作流畅度 5分   
　  ? 动作协调性 5分   
　  ? 跑动节奏感 5分   
　  ? 专项技评　 5分   
　  
5.3 身体形态考查标准： 



5.4 身体素质考查标准： 



六、注意事项：   
考查期间参加测验的学生进田径场参加测验，家长在看台观看。考查进行时，请家长务必保持安静，以免影响学生发挥和裁判员工作。

2016年人大附中小升初**武术**特长生招生方案

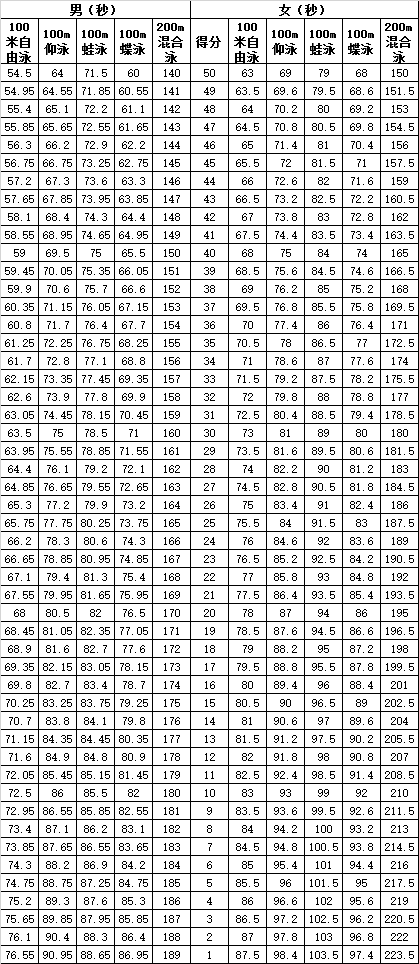
**一、招收项目：**武术套路   
**二、招收条件：**按海淀区统一要求。   
**三、考查地点：**人大附中篮球馆   
**四、考查时间：**5月21日   
**五、联系电话和联系人：**62512094 62516986   
**六、项目的考查内容及标准：**   
（一）考查内容分为基本功和套路。   
（二）总分（100分）=基本功（30分）+套路（70分）   
2. 基本功 ：   
　  ①直摆腿法：正踢、侧踢、里合、外摆；屈伸腿法：弹腿、蹬腿；旋转腿法：前扫、后扫（15分）   
　  ②跳跃：飞脚、旋风脚、外摆连、侧空翻、旋子（15分）   
3．套路   
主副项半套各一个（拳、器械均可）（70分）   
(三)评分细则   
1、综合评定标准：   
　 分为三档，其中：85—100分为优秀；70—84分为良好；50—69分为尚可。   
2、评分要求：   
　  (1)动作规范，方法正确，风格突出。能够表现出所演练项目特点。   
　  (2)尽力顺达，力点准确，动作协调。手、眼、身、法、步配合协调，器械项目要求身械协调。   
　  (3)节奏恰当，精神关注，技术熟练。表现出该项目应有的节奏特点。   
　  (4)结构严密，编排合理，内容充实。技术风格统一，具有传统性。　  
**七、注意事项：**考查期间参加测验的学生进篮球馆参加测验，家长在篮球馆外观看。考查进行时，请家长务必保持安静，以免影响学生发挥和裁判员工作。

2016年人大附中小升初**健美操**特长生招生方案

**一、招收项目：**竞技健美操（啦啦操和大众健美操等不在我校招收范围之内）   
**二、招收条件：**按海淀区统一要求，持特长生推荐表的学生方可报名。   
**三、考查项目：**身体形态20分，柔韧10分、力量10分、跳跃10分、平衡10分、专项40分。满分100分。   
**四、考查地点：**教学新楼地下   
注意事项：考查期间参加测验的学生进教室参加测验，家长可以在教室内椅子上安静的坐着观看。考查进行时，请家长务必保持安静，以免影响学生发挥和裁判员工作。

2016年人大附中小升初游泳特长生招生方案

**一、招收项目：**游泳比赛正式项目（以上项目男女均不限）   
**二、招收条件：**按海淀区统一要求。   
**三、考查地点：**人大附中游泳馆   
**四、联系电话和联系人：**62512094 62516986   
**五、项目的考查内容及标准：**（一）考查内容共两项：   
　　1.　100米主项   
　　  2.　200米混合泳   
总分（100分）=100米主项（50分）+200米混合泳（50分）   
考查评分标准：



**六、注意事项：**考查期间学生进游泳馆参加测验，家长在馆外等候。考查进行期间，请家长务必保持安静，以免影响学生考查和裁判员工作。

2016年人大附中小升初**乒乓球**特长生招生方案

**一、招收项目：**乒乓球  
**二、招收条件：**按海淀区统一要求，持特长生推荐表的学生方可报名。  
**三、考查地点：**人大附中乒乓球馆  
**四、考查内容  
(一)、考查内容  
1. 考查内容：**　  \*资格考查（通过资格考查的同学方能进入复查）  
　  \*复查 复查包括实战运用部分、身体素质部分和技能技术部分。  
2. 最终得分（复查成绩100分）:实战运用分40+素质分30+技能技术分30分  
**(二)、考查及得分说明**　  实战运用部分：（40分）注：比赛使用40小球  
　  根据报名情况确定分组和赛制；根据名次分段打分,前8名（分男女）的成绩得分依次为40、35、30、25、20、15、10、5。  
　  比赛执行中国乒乓球协会审定的最新《乒乓球竞赛规则》，（根据目前北京市中小学生乒乓球比赛的实际情况，球拍粘合剂可以使用无机胶水或有机胶水，比赛用球仍为赛璐璐材质的白色40号乒乓球）。

**(三)、素质考查**　　  包括单摇跳绳、移步换球和立定跳远三项（30分）