

# 中山市教育和体育局

中教体通〔2024〕91号

## 中山市教育和体育局关于印发初中学业水平考试体育与健康考试方法与规则的通知

各镇街教体文旅局（教育和体育事务中心），市直属中学，局机关各科室、局属事业单位：

为进一步完善我市学校体育评价制度，根据《中山市教育和体育局关于印发〈2025-2029年中山市初中学业水平考试体育与健康考试实施方案〉的通知》（中教体〔2024〕28号）文件精神，现就初中学业水平考试体育与健康考试方法与规则通知如下。

一、50米跑，200米跑，800米跑（女），1000米跑（男）

（一）场地器材

400米田径场，电子计时设备、发令枪、发令旗（红色）、秒表若干块。

（二）考试方法

统一采用站立式起跑，第一次起跑犯规给予全组考生警告，之后犯规的考生取消当场考试资格，采用电子计时，每人限跑一次。800米跑、1000米跑起跑即可直接抢道，考生可穿

平底胶鞋或赤脚跑步（不准穿钉鞋）；50米跑、200米跑可穿平底胶鞋、赤脚或钉鞋跑步。其他考试规则按最新田径规则执行。

## 二、100米游泳

### （一）场地器材与人员配备

考试场地标准为50米×25米标准游泳池，根据参加考试的人数分为若干泳道，泳道之间用泳道线标记（泳道线之间距离不低于1.5米），电子计时设备或秒表，发令枪，考点全覆盖视频监控系統。

每条泳道配置1-2名裁判员。每考点设置2名医护人员，1名监察人员。此外全场配置4-6名救生员。

### （二）动作规格

考试不限泳姿，不限出发方式，考生出发前处于静止状态，听到“出发”口令后蹬离池壁或蹬离出发台（采用跳水入池的方式开始考试的潜水不能超过15米）开始，全程保持连续游进。转身时允许身体任何部位在水上或水下触及池壁，用脚蹬离池壁继续游进，转身时，动作连贯，不得停顿。到达终点身体任一部位触及池壁即为完成考试。

### （三）考试方法

考生穿泳衣，佩戴泳帽，可选择佩戴泳镜，不得使用手蹼、脚蹼、游泳圈等辅助设备，采用水中出发方式的，出发前须保持身体触壁并处于静止状态，考生听到“出发”口令后开始游进，途中不得停顿、扒扶池壁或泳道线。转身时允许身体任何

部位在水上或水下触及池壁，用脚蹬离池壁继续游进，转身动作须连贯，不得停顿。游至终点时，身体任一部位触及池壁即完成考试，监考员当场唱出成绩并做好成绩登记。考试中出现游进或转身时身体任一部位触及池底、扒扶池壁或泳道线、中途停顿、越过泳道线或妨碍他人的，成绩无效。游泳项目可测试两次，间隔不少于20分钟，取最好一次成绩，两次测试未取得有效成绩者，游泳成绩计“0”分。选考游泳项目的，不得转考其他项目。

### 三、投掷实心球

#### （一）场地及器材

20米长、5米宽的平地一块。同一品牌的实心球若干个，球体周长：42厘米，直径：13.36厘米（±1厘米），重量：男、女生均为2公斤（±30克），球体为生胶铸造，球体内不得有滚动物。使用电子测距仪。

#### （二）动作规格

投掷准备，两脚原地呈前后或左右姿势站立，身体正对投掷方向。投掷时，双手将球举过头顶上方并稍向后仰，双肩与起掷线平行，原地用力将球向前掷出。球出手的同时后脚可向前迈出一小步，或前后脚腾空交叉换步。整个动作过程不能侧向、不能踩压或越过起掷线投掷。

#### （三）考试方法

在投掷区划一条白线（长5米，宽5厘米）为起掷线，考生

站立于起掷线后循环测试二次，取其中最远一次成绩为最终成绩并现场进行登记，记录以米为单位，保留小数点后两位。丈量从起掷线后沿至球着地点后沿之间的垂直距离。为准确丈量成绩，应有专人负责观察实心球着地点。丈量及登记时均应唱出成绩。

#### **四、引体向上和一分钟仰卧起坐**

##### **引体向上（男）**

###### **（一）场地器材**

单杠（高度：静止直臂悬垂脚不触地；规格：杠的粗细以考生手能握住为准），考场提供防滑镁粉，地面铺设体操垫，考试时考生可根据需要使用。

###### **（二）动作规格**

双手正握杠，直臂悬垂开始，两臂同时用力上拉到下颏超过横杠上沿为完成一次。

###### **（三）考试方法**

采用人工记录引体次数，每次引体监考员均要大声唱读出成绩，非双手正握杆、未从直臂开始、下颏未过杠均不计次数，考试过程中考生身体任何部位触碰横杆外物体或从单杠掉落，考试结束。每人可测试二次，两次测试最少间隔10分钟，取最好的一次为最终成绩并现场登记。

##### **一分钟仰卧起坐（女）**

###### **（一）场地器材**

测试应在平坦场地进行，采用厚度不超过6CM软垫和秒表或倒计时电动计时器进行测试。

## （二）动作规格

考生仰卧于垫上，两脚屈膝稍分开，屈膝呈90°，两手十指交叉贴于脑后或手掌贴于耳侧。考生同伴压住考生两踝关节处。起坐时，以双肘触及或超过两膝为完成一次，仰卧时两肩胛必须触垫。

## （三）考试方法

监考员发出“预备——开始”的口令，同时开表计时，监考员每次需大声唱读出考生所完成次数，登记一分钟内所完成的次数。测试过程中，两肘未触及膝盖或超过两膝，单手或双手离开头部、手掌明显离开耳侧等违反测试规定的，该次不计次数。每人可测试二次，两次测试最少间隔10分钟，取成绩最好的一次为最终成绩并现场登记。

## 五、三级连续蛙跳

### （一）场地器材

平坦跑道，起跳线宽5厘米，分别于距沙池5米、6米、7米（起跳线后沿至沙池近端）处设置起跳线，可以穿钉鞋，有条件的考点测试三级连续蛙跳最后一跳落点为沙池，使用电子测距仪。

### （二）动作规格

两脚自然平行站立于起跳线后，脚尖不得踩线。原地两脚

同时起跳同时着地，连续蛙跳三次。中途凡用手撑地、坐地、脚掌向前滑动、离地、动作故意停顿均为犯规，本次成绩无效。

### （三）考试方法

考试开始前考生自行选定1条起跳线进行考试，原则上中途不可更换，试跳结束后丈量起跳线后沿至身体任何部位着地最近点后沿的垂直距离。每人测试二次，取其中最远一次成绩为最终成绩并现场进行登记，成绩以米为单位，保留小数点后两位。考生可穿胶鞋、赤脚或钉鞋考试（不准穿胶粒底鞋）。丈量及登记时均要唱出成绩。

## 六、立定跳远

### （一）场地器材

沙坑，沙与地面齐平。起跳板采用橡胶防滑跳板或坚固木板，长100或122厘米，宽20厘米，木板的厚度不得少于6厘米，橡胶防滑跳板面上的橡胶要紧贴在木板上，不得用铁钉或铁丝固定，橡胶厚度不得少于0.7厘米，不超过1.3厘米（不得采用弹性过大的纯胶起跳板，也不得在起跳板上加垫毛巾、布料等覆盖物）。起跳板埋入地下，与地面齐平。起跳板前沿与沙坑近端不得少于30厘米。使用电子测距仪。

### （二）动作规格

两脚自然平行站立于起跳线后，脚尖不得踩线，两脚原地同时起跳，两脚不得离地后再做起跳动作。

### （三）考试方法

考生试跳结束后，丈量起跳线后沿至身体任何着地最近点后沿的垂直距离，每人测试二次，取其中最远一次的成绩为最终成绩并现场进行登记，成绩以米为单位，保留小数点后两位。考生可穿胶鞋、钉鞋或赤脚考试（胶粒底鞋）。丈量及登记时均要唱出成绩。

## 七、一分钟跳绳

### （一）场地器材

平坦而坚硬地面。跳绳电子计数设备。

### （二）动作规格

自己摇绳跳。单脚、双脚或左右脚交替跳均可。每一次跳绳须经过头顶、脚底，方向一致，只可单摇。

### （三）考试方法

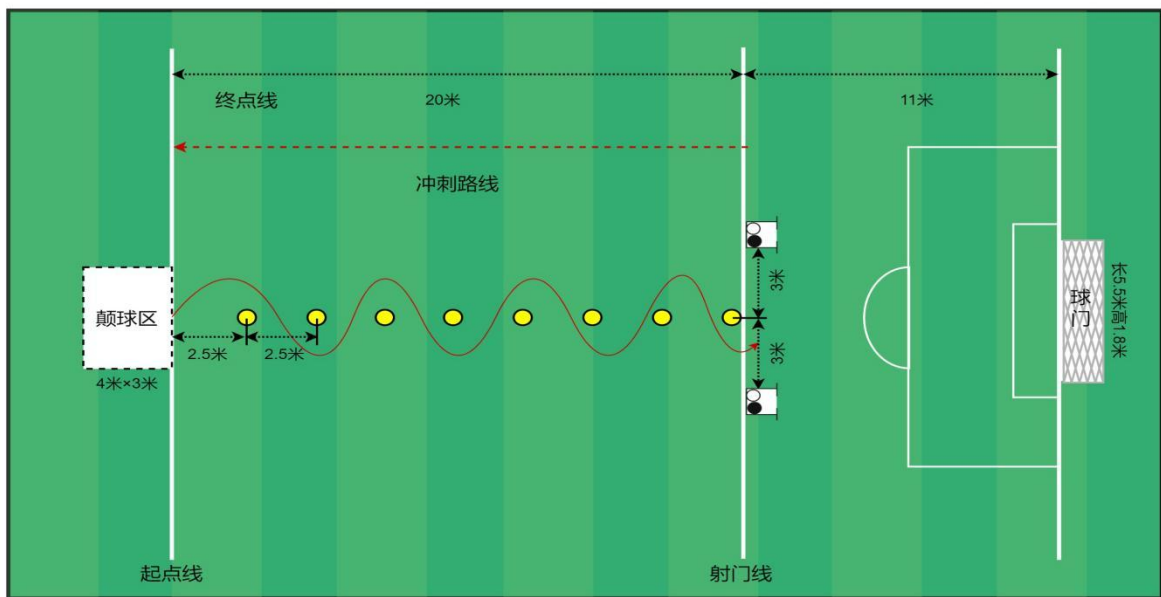
每人计算一分钟跳绳的次数。监考员发出“预备——开始”的口令，听到“开始”的口令同时开表计时。预备状态时，考生手握跳绳握把，将绳的尾端置于身后，手腕应保持静止，当听到“开始”的口令同时学生于静止状态开始跳绳。记录一分钟完成次数。每人可测试二次，两次测试最少间隔10分钟，取成绩最好的一次为最终成绩并现场登记。

## 八、足球

### （一）场地设置

天然草场地，长度35米，宽12米。起点线（冲刺线）后侧设置不小于4米×3米的颠球区，第一根标志杆离起点线2.5米，

每杆间隔2.5米，共8根标志杆。第8根标志杆位于射门线的中点位置。球门距离射门线11米，射门线与球门间为有效射门区域，距离最后一根杆左右各3米的射门线前设置0.5米×0.5米的正方形备用球放置区域（此区域的一条边线与射门线重合，内侧边线距最后一根杆的垂直距离为3米）并各摆放2球备用。



足球测试路线示意图

## （二）动作规格

考试用球为5号球，在规定区域内，按规定男生累计颠球8次，女生累计颠球5次后，从起点线运球至第一根标志杆开始依次绕杆，完成射门后，快速跑过终点线。

## （三）考试方法和要求

考生在颠球区准备就绪后举手示意，监考员发出“预备——开始”的口令，计时器开始自动计时，考生用手开球或脚挑球开始，完成规定颠球后，运球至第一根标志杆并依次绕杆，



考生运球绕完最后一根标志杆球越过射门线后射门，完成射门后，考生从射门区域快速跑过终点线，球员躯干冲过终点线计时停止。登记考生完成颠球次数及运球绕杆、射门、冲过起(终)点线的时间。每人可测试二次，取成绩最好的一次。

颠球过程中球落地、出界，以及射门不中等，计时均不停止。除考试开始时用手开球外，考生在考试过程中用手触球判罚犯规，本次测试成绩无效。

颠球：在规定区域内，用手开球或用脚挑球开始，可用脚背正面、脚外侧、脚内侧完成颠球，其他部位颠球只作过渡，不计次数，每完成一次颠球颠球脚需要落地一次，如颠球过程中球落地，只能用脚挑球起球（不得用手）继续颠球，计数以监考员报数为准，完成颠球规定次数后方可运球绕杆。颠球脚不落地或颠球区外颠球均不计数；未按规定完成颠球的，判本次测试成绩无效。

绕杆：按规定顺序依次用脚运球绕杆。漏绕杆、不按顺序绕杆，均判本次测试成绩无效。

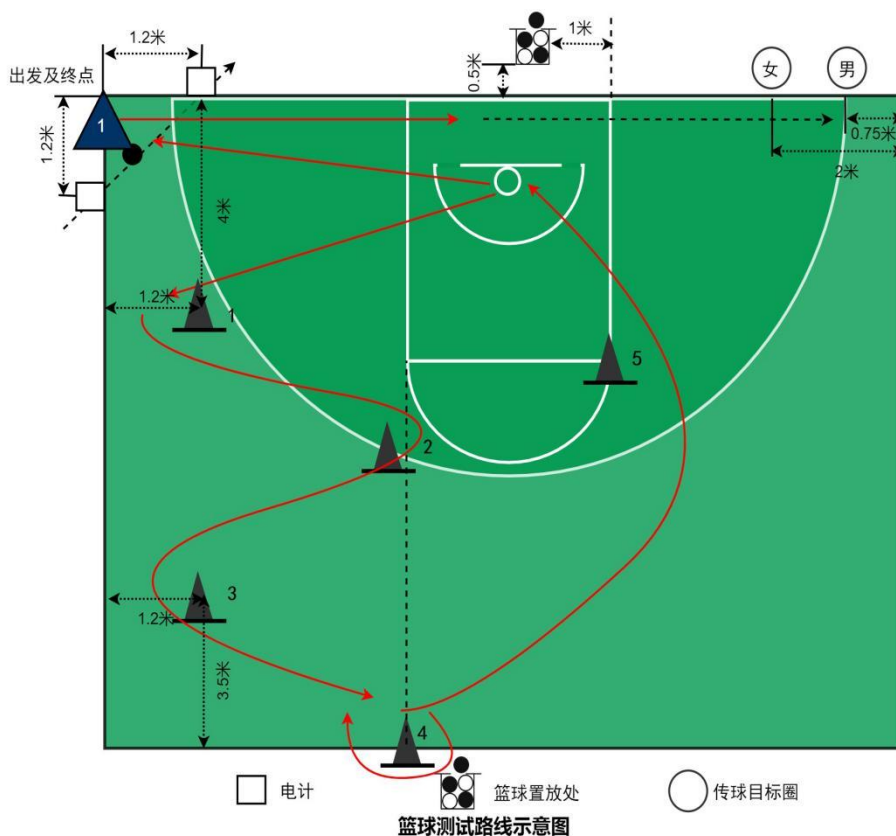
射门：运球绕完最后一根杆球越过射门线后方可起脚射门，如射门不进（射门中柱弹回的球不可再次使用），可用脚取备用球补射，两次补射不进，判本次测试成绩无效。

## 九、篮球

### （一）场地设置

在半场区域内（如图1所示），以球场底线与一侧边线交点为圆心、0.75米为半径画一圆弧，形成扇形出发区。在球场内

相应位置放置高度为1.3米—1.8米的1、2、3、4、5号标志杆，其中1号标志杆离底线4米、边线1.2米，3号标志杆离中线3.5米、边线1.2米处，2、4号标志杆位于限制区（面对篮圈）左侧边线延长线与3分线、中线的交叉点。传球区域为限制区，传球目标圈（至内圈底部高1.2米、内圈直径0.9米，中心点距底线1.0米，距边线男生0.75米、女生2.0米）。自动计时器测试方向对准底线与边线1.2米的连线。在面向篮球架柱右侧，距限制区右侧边线延长线1米及离端线0.5米处，摆放高为1.0米的篮球放置架，架上摆放备用球5个，横、竖放均可。



## (二) 动作规格

考试用球男生7号球，女生6号球，在半场区域内，考生从起点按要求运球、传球、绕杆并完成3次投篮成功后，快速运球通过终点线。

### （三）考试方法和要求

考生在出发区线内持球，准备就绪后自行出发，通过激光感应时，计时器开始自动计时，按照测试线路图所示运球至传球区域后把球传进目标圈，当球准确穿过目标圈后，于篮球放置架上取球运球至篮圈两侧各投进篮一次，自抢篮板，接着运球先后绕过1、2、3号标志杆，再接着按顺时针运球绕4号标志杆一周后，继续运球绕过5号标志杆运球行进间投篮，命中后自抢篮板快速运球返回出发点，计时器自动停止计时，同时显示成绩。每人可测试两次，取最好一次为最终考试成绩。计取成绩得分时，以成绩对应的得分计取，若计时成绩在评分标准的两个相邻分值之间，则取其中较低的分值评分。

运球：运球过程出现带球走、两次运球、携带球等违例，在成绩中按每违例一次增加2秒钟计算。考生运球动作违例时，监考员不作提醒，待考试结束，监考员唱读成绩时公布违例次数。考生运球时身体撞倒杆、用手推倒杆、人球分过均属犯规行为，判犯规，该次测试无效。

传球：传球区域为整个限制区，当考生任何一只脚触及限制区就可以开始传球；传球出手后，身体方可离开限制区。传球不进需从篮球架底下篮球放置处取球进行补传，出手后弹回

的球不可重复使用。

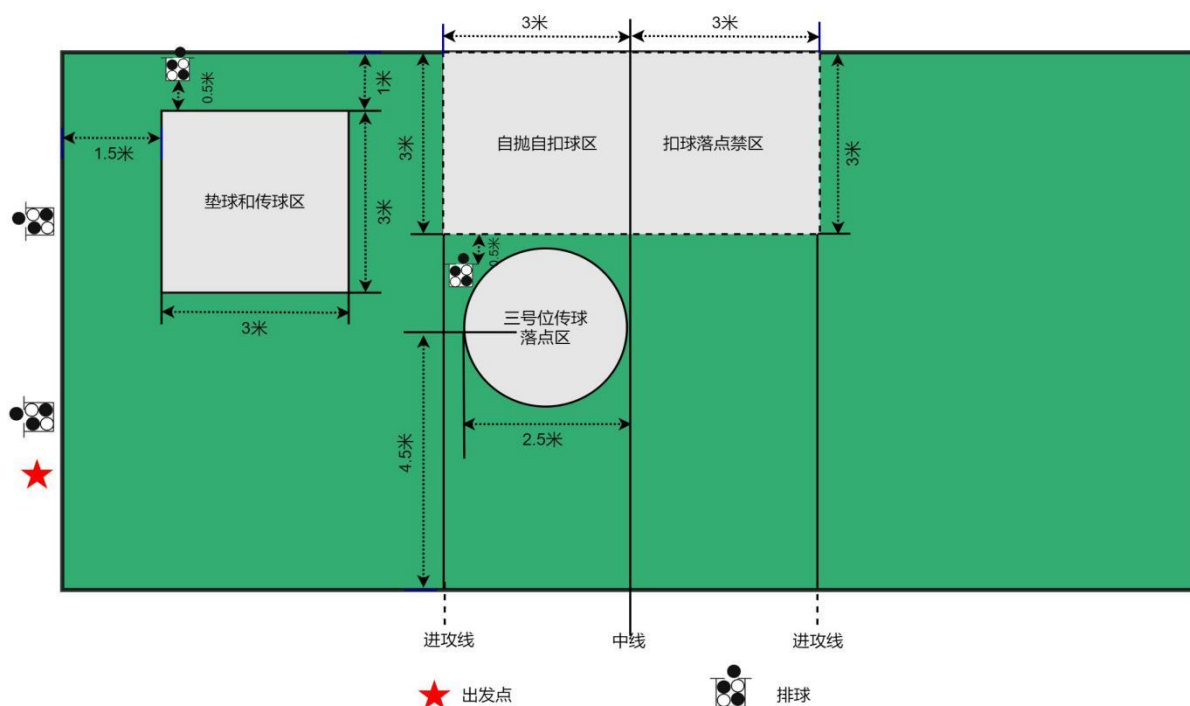
投篮：全程共投篮3次。前2次投篮为篮下两侧投篮，左右侧各投进1球，投篮姿势不限，投篮不中必须在相应一侧投篮补中（两侧投篮顺序不分先后），第3次投篮采用运球行进间投篮（双脚急停跳投不属于行进间投篮），投篮不中需继续补篮直至投中，补篮的地点及投篮方式不限。

篮球脱手或出界，计时不停止。任何违反考试规定不按要求投篮、不按顺序运球及绕杆、传球不中、投篮未中等而继续下一环节的，均判测试无效。

## 十、排球

### （一）场地设置

考试使用标准室内比赛用球，男子网高2.26米、女子网高2.12米，在发球区、垫球和传球区、扣球区对应位置，距考试区边线0.5米处，放置高为1米的备用球架，架上放5个备用球。



排球测试场地示意图

在本方场区5号位划一个距端线1.5米、距边线1米3×3米的正方形区域，作为考试自垫球和传球的区域；3号位摆放高1.8米、直径2.5米的圆形框架，框架底座圆心距边线4.5米并贴近球网，作为考生传球落点器材；4号位进攻线、边线、中线划3×3米正方形区域，作为扣球起跳区域。在对方场区2号位的进攻线、边线、中线划3×3米正方形区域，作为扣球落点禁区。

## （二）考试方法和要求

考试以计时形式进行，考生从发球线起跑开始计时 ➡ 2号位 3米×4移动 ➡ 发球区发球2个 ➡ 5号位自垫球3个、自传球2个 ➡ 4号位扣自抛球1个 ➡ 跑回发球区（见上图）。

1.考生在本场区发球区听到指令后起跑，迅速跑到本场区2号位进行3米×4移动。从发球区跑到2号位手触中线，跟着折返本场区手触进攻线，再次移动到中线手触中线，最后加速跑到本场区的发球区发球。

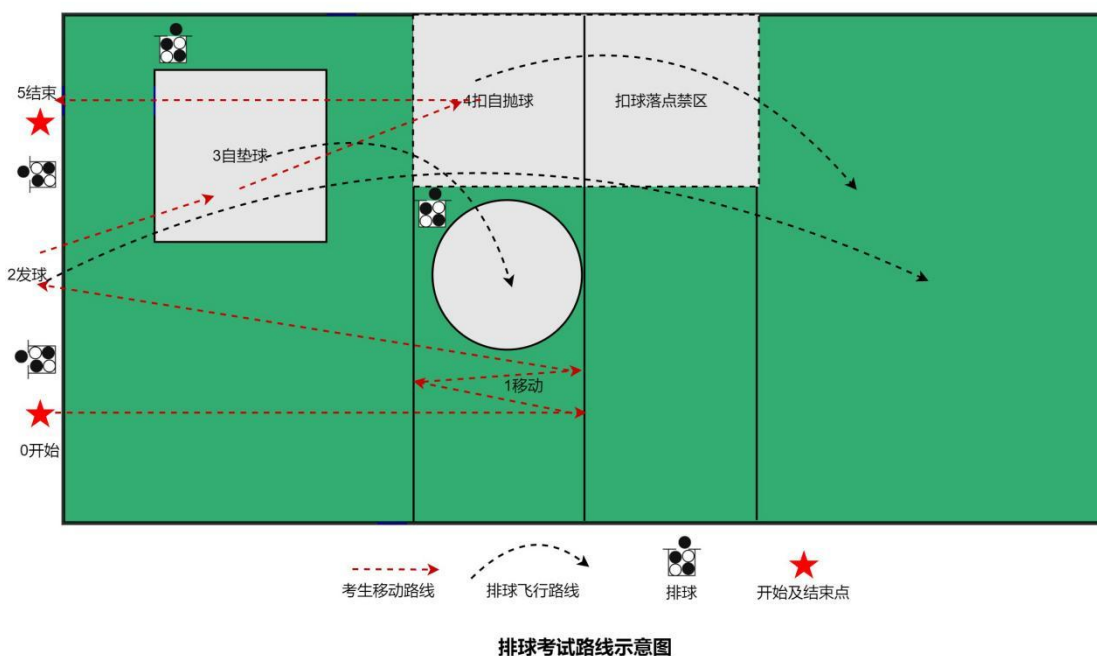
2.考生从本场区发球区发2个球，男生采用上手发球、女生采用上手或下手发球。要求发出的球必须从过网区通过球网垂直平面，落球点在对方场区内，如击球时脚踏或越端线、发球不过网、球触标志杆进入对方场区、界外球等不符合规则要求，考生需另取一球重新发球，计时不停止，以至发2个有效球为止。考生判断发球有效后迅速到本场区5号位自垫球。

3.考生在5号位划定的区域进行自垫球和自传球。考生自行抛起球，连续双手自垫球3次自传球2次，并将第2个传球传到

3号位设定的框架内。要求脚不能踏或超出3×3米框线，垫起的球必须高于考生头部，传球不能有停滞（接住或抛出）手的动作。如垫起的球有1个或1个以上的球低于考生头顶、传球持球、传球没有传进框内，考生需另取一球重新（从垫球开始）进行自垫球传球，以将球有效传进框为止。

4.考生将球传进框后跑到本场区4号位划定区域进行自抛自扣球1个。考生自己将球抛起，一步或两步及以上助跑在自抛自扣球区域起跳（双脚必须同时离开地面），将高于头部的球扣到对方场区除2号位3×3米区域外的有效区域。如扣球出界、不过网、触标志杆、球从标志杆外进入对方场区、扣球后触网、球落在禁区内等不符合规则的扣球，视为扣球无效，需另取一球重新扣球。考生判断扣球有效后迅速跑回发球区，考试结束。

5.考试执行中国排球协会审定的2021-2024《排球竞赛规则》。考试中任何违反考试规定出现移动、发球、垫球、传球、扣球等动作犯规或动作不到位等，未按要求移动手触线、备用球用完仍未完成2个有效发球、备用球用完仍未完成连续的3次有效自垫球、备用球用完仍未完成2次有效传球、备用球用完仍未完成1次有效扣球等，继续下一环节，均判测试无效。每人可测试二次，取成绩最好的一次。



**移动：**考生听到指令后起跑，摸线时手必须触及中线----进攻线----中线。考生在移动考试过程中未触一次线成绩加2秒。

**发球：**发球必须按照规则，若发球无效，考生需另取一球重新发球，计时不停止，直至发2个有效球为止，如备用球用完仍未完成2个有效发球，则视为犯规。

**垫传球：**垫传球要求脚不能踏或越出3×3米框线，垫起的球必须高于考生头部，传球不能有停滞（接住或抛出）手的动作，若球无效，考生需另取一球重新进行自垫球传球，以将球有效传进框为止，计时不停止，如备用球用完仍未完成连续的3次有效自垫球、2次有效传球，则视为犯规。

扣球：考生在本场区4号位划定区域内采取一步或两步以上助跑进行自抛扣球1个（双脚必须同时离开地面），将高于头部球扣到对方场区除2号位3×3米区域外的有效区域。违反比赛规则的球视为扣球无效，需另取一球重新扣球，计时不停止，如备用球用完仍未完成1个有效扣球，则视为犯规。

## 十一、乒乓球

### （一）场地设置

1.设置在室内，地面材质为运动地板或运动地胶，相邻球台之间须用不低于0.75米的挡板围起，与相邻的比赛场地隔开。乒乓球台长2.74米、宽1.525米，由地面向上至台面高0.76米。球网高15.25厘米，网柱外缘离球台边线距离15.25厘米。

2.乒乓球拍须符合国家标准（GB/T23115-2008），两面均须无光泽；有覆盖物时，一面为黑色，另一面为与黑色和球的颜色明显不同的明亮颜色。考生可自带球拍，考场提供备用球拍。使用符合国家质量标准（GB/T20045-2005）的40+非赛璐珞乒乓球，考生不能自带球。

3.发球机供球频率、出球速度、出球角度可调，储球容量不小于100个，能够定点发球和随机发球，集球网自动收集并循环出球，满足考试要求。乒乓球台旁边放置一个落地式可移动球盆，储球数量满足考试需要，考生可自主移动球盆。

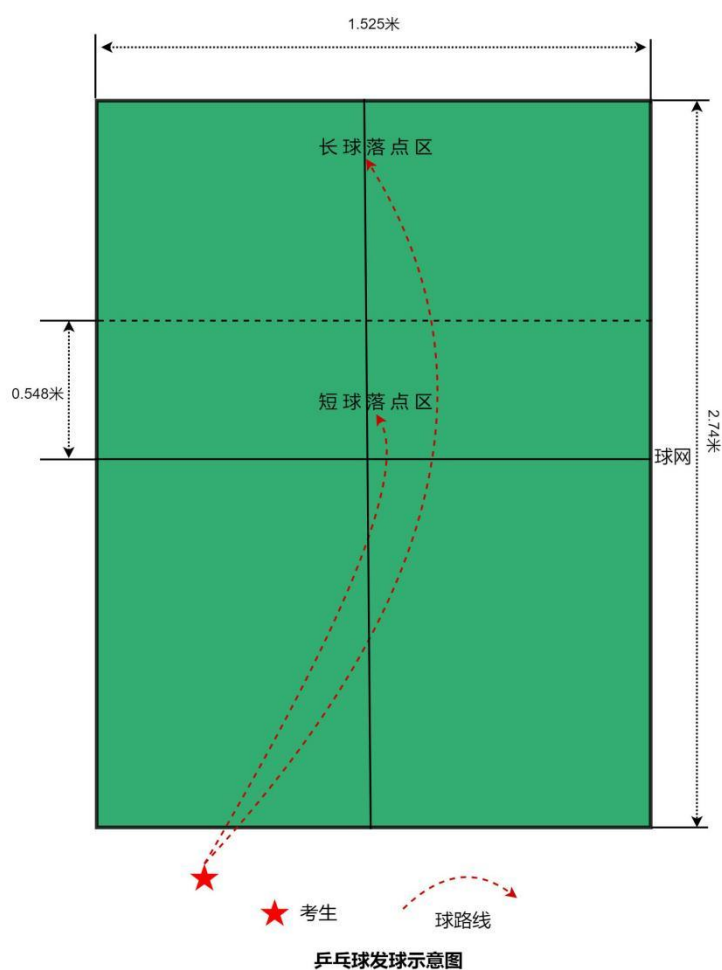
### （二）考试方法

考生在规定时间内两分钟内先完成6次发球，再连续、重复

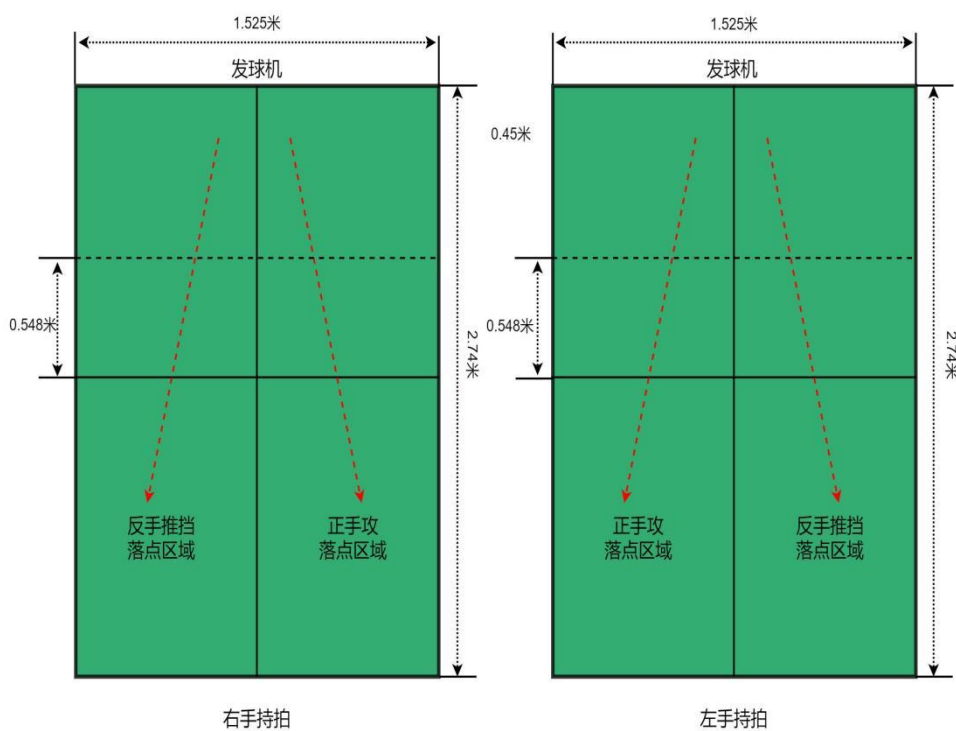


完成6组36球反手推挡与正手攻的组合动作。

发球：考生采取全台发球技术发球6次，发球技术及球的运动性质须符合乒乓球比赛规则。考生一手持拍，另一手持球且1次只能持1个球。球应静止于手掌上，持球手放于本方球台端线以外、台面以上，垂直将球向上抛起，球必须离手上升不少于16厘米，待球下落后方可击球，发球过网落点为对方球台，其中，前三个为长球（远台3/5区域），后三个为短球（网前2/5区域）。



组合动作：考生使用全台反手推挡与正手攻技术，重复完成6组相同的组合动作，共36次连续击球。一个组合动作：反手推挡2次+正手攻2次+反手推挡1次+正手攻1次。发球机设在考生对面球台中间位置，出球口在台面以上，按照设定好的组合动作顺序连续、重复供球6组(36个)，共供球36个。供球频率55个球(±1)/分钟、中等速度出球，球的旋转角度为0°，落点在球台中间位置，击球过网落点为对方球台全台面，依据考生左手持拍或右手持拍，反手推挡与正手攻的发球机供球落点区域见下图：



乒乓球发球机供球路线与落点示意图

组合动作测试前，考生可明确示意进行一个组合动作的发球机供球适应性练习，亦可明确示意直接开始正式测试。击球犯

规或失误时，当次击球不计成功，测试继续。测试结束后，记录在规定的两分钟内完成两项测试的成功次数，根据评分标准转化为考试分数，超出规定时间的测试次数不计入成绩。考试中途，如考生主动退出考试，计取考生退出时的测试成绩。

### （三）考试要求

1.考生只进行一次测试。考试开始前，考生移动球盆至适宜位置并选择适宜的发球站位，考生发出第一个球的同时开始计时，完成6次发球后考生自行移开球盆，示意进行组合动作测试，考生完成最后一次击球则计时停止，考试结束。

2.发球测试过程中，动作规范须符合乒乓球比赛规则。发球擦网后落到对方球台台面不计次数，当次发球可重发。出现以下情形的，当次击球不计成功，但测试继续：①持球、抛球、击球违反乒乓球比赛规则或本测试规定；②发球时抛球上升不足16厘米；③球触及本方球台台面，未触及对方球台台面；④球未触及本方球台台面，直接触及对方球台台面。

3.组合动作测试过程中，出现以下情形的，当次击球不计成功，测试继续：①未按组合动作顺序击球；②击球后球未过网；③击球后，球过网后未触及对方球台台面；④击打尚未触及本方球台台面的来球；⑤非执拍手触碰到球台；⑥击球时执拍手的手腕以上部位击球。如遇发球机故障，考生可立即停止考试，申请重考。如考生没有立即停止，坚持继续考试，中途不能再主动停止考试。测试结束后，根据考生意愿，可仅重新

测试发球机失误时的这一个或几个组合动作。

4.横拍持握的考生在反手推挡与正手攻的组合动作测试中可采取反手拨球与正手攻的组合动作。

## 十二、羽毛球

### (一) 场地设置

1.考试场地设置在室内，地面材质为木质地板或羽毛球场地地胶，长 13.4 米、宽 5.18 米（单打场宽）。球网中央网高 1.524 米、边线网高 1.55 米。距离球网 3.55 米处，设置高 3.0 米（男）或 2.9 米（女）、宽 6.1 米的隔挡网。

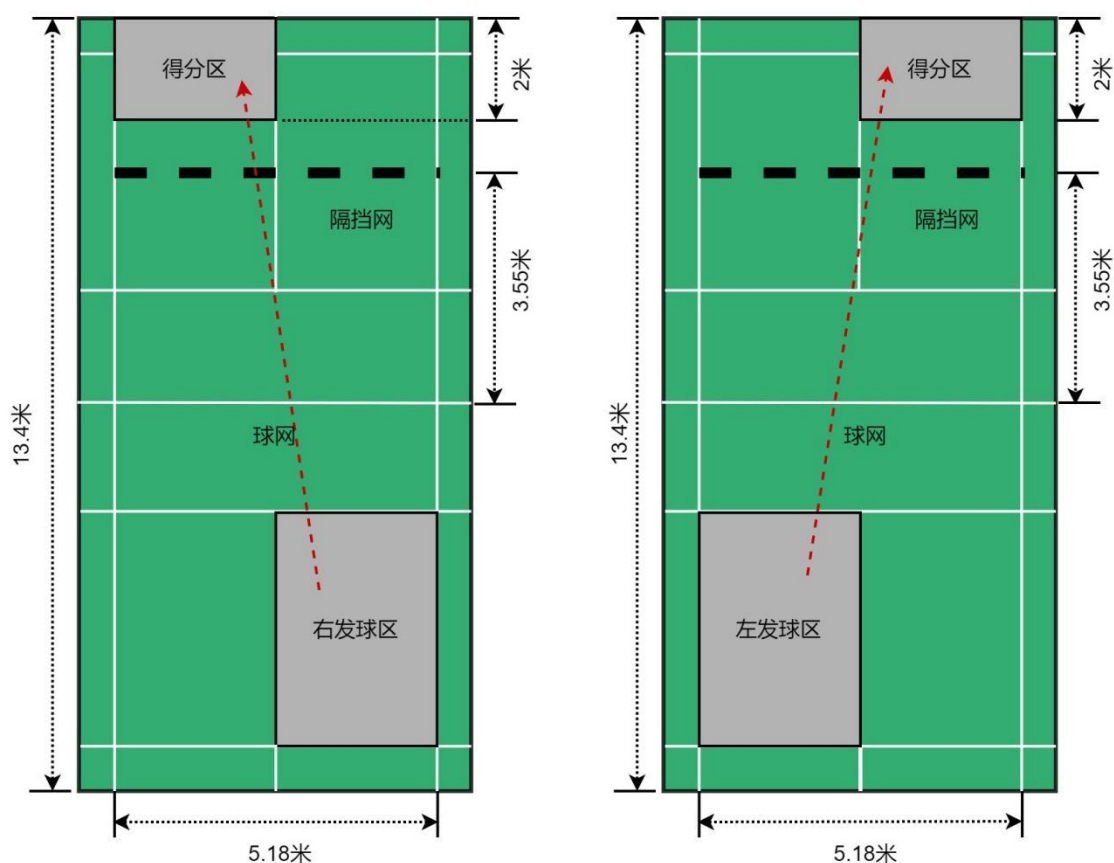
2.球拍须符合行业标准（QB/T2770-2006），总长不超过 68 厘米、宽不超过 23 厘米，拍弦面长不超过 28 厘米、宽不超过 22 厘米。考场统一提供符合国家标准（GB/T11881-2006）的用球和备用球拍，考生可自带球拍，不得自带用球。考生所在半场内放置一个落地式可移动球盆，考试期间，考生可以自主移动球盆。

3.发球机供球频率、出球速度、出球角度可调，储球容量不小于 200 个，满足考试要求。发球机置于发球区中心位置如图二所示位置摆放，距球网 1.98 米。

### (二) 考试方法

考生在规定时间内使用正手发高远球技术完成 12 个发球，再使用高远球技术左右交替、连续击球 30 个。动作规格如下：

1.发高远球。考生分别在本方场地左、右发球区内使用正手发高远球技术向对方场地对角有效区域各发球 6 个。发出的球越过 3.0 米高（男）或 2.9 米高（女）、距离球网 3.55 米

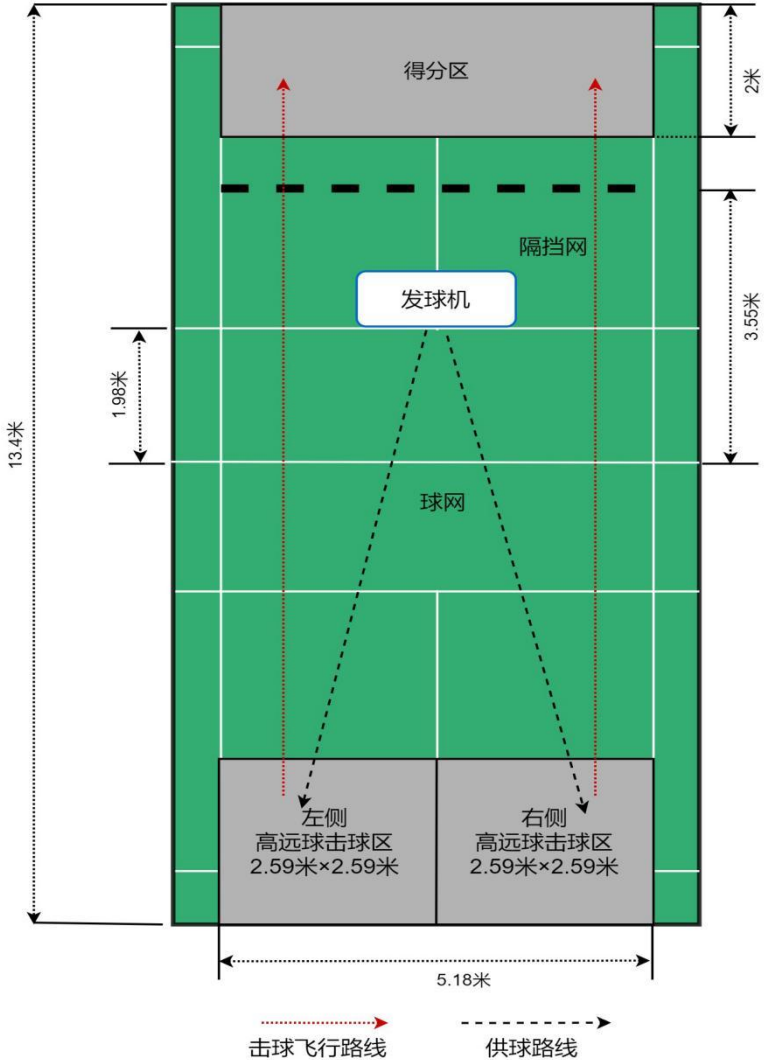


羽毛球发球区与有效落点示意图

的隔挡网，按有效落点的相应位置计分。有效得分区长 2.59 米、宽 2 米，一条边线与对方场地单打底线重合。具体见下图：

2.击高远球。考生从右侧击球开始采用高远球技术左右交替、连续击球 30 个。球越过 3.0 米高（男）或 2.9 米高（女）、

距离球网 3.55 米的的隔挡网，按有效落点相应位置计分。有效得分区长 5.18 米、宽 2，一条边线与对方场地单打底线完全重合。发球机供球频率 20 个球(±1)/分钟，中等速度出球(首球落点在右侧击球区)，考生以高远球技术连续、交替将球送至有效得分区。本方场地高远球左右连续、交替击球区为两个 2.59 米×2.59 米的正方形区域，如下图：



羽毛球高远球连续、交替击球区示意图

击高远球测试前，考生可明确示意进行不超过4次发球机供球适应性练习，亦可明确示意直接开始正式测试，击球犯规或失误时，当次击球不计分，测试继续。测试结束后，记录在规定的三分钟内完成两项测试的成功次数，根据评分标准转化为考试分数，发球或击球的落点触及得分区边线按有效得分计算，超出规定时间的测试次数不计入成绩。考试中途，如考生主动退出考试，计取考生退出时的测试成绩。

### （三）考试要求

1.考生只进行一次测试。考试开始前，考生移动球盆至适宜位置并选择适宜的发球站位，考生发出第一个球的同时开始计时，完成12次发球后考生自行移开球盆，然后示意进行击高远球测试，考生完成最后一次击球则计时停止，考试结束。

2.发球测试过程中，动作规范须符合羽毛球比赛规则。考生一手持拍，另一手持球，且1次只能持1个球。考生在本方场地一侧发球区内完成6个发球后，方可换到另一侧发球区内完成其余6个发球。发球区先后顺序由考生自行决定。出现以下情形的，当次发球不计分，测试继续：①球未发至对角区；②发球时脚触及或越过发球线或中线；③球未越过隔挡网；④发球第一落点未在得分区。

3.击高远球测试过程出现以下情形的，当次击球不计分，但测试继续：①发球机出球前考生站在击球区内；②击球后未及时移动至击球区外；③站在击球区外击球；④击球时脚触及

击球区界线；⑤击球后，第一落点未在得分区；⑥球未越过隔挡网。如遇发球机故障，考生可立即停止考试，申请重考。如考生没有立即停止，坚持继续考试，中途不能再主动停止考试。测试结束后，根据考生意愿，补齐发球机失误的供球数量并累加有效击球得分。

中山市教育和体育局

2024年6月27日

公开方式：主动公开

---

中山市教育和体育局办公室

2024年6月27日印发

---