

河南省体育专业

高考手册

H ENANSHENG T IYUZHUYE
G AOKAOSHOUCE



河南科学技术出版社

河南省体育专业高考手册

河南省教育委员会
招生工作委员会 编

河南科学技术出版社

河南省体育专业高考手册

河南省教育委员会 编
招生工作委员会

责任编辑 王来玉

河南科学技术出版社出版发行

河南农业大学印刷厂印刷

787X1092毫米 32开本 6.5印张 141千字

1991年1月第1版 1991年1月第1次印刷

印数: 1—7000册

ISBN7-5349-0831-O/G·207

定价: 2.70元

前 言

随着社会的发展,体育日益受到重视和喜爱,众多有志的青少年为提高整个中华民族的健康水平而志愿献身于祖国的体育事业。近年来,报考体育专业的人数逐年增多,水平在不断的提高,竞争也更加激烈。

为使我省普通高等学校体育专业考试能客观、全面、合理地反映考生水平,使考试工作逐步走上规范化、标准化、科学化的轨道,根据国家有关招生政策和国家体委科教司编写的《普通高等学校体育专业招考手册》中有关考试的规定,结合我省五年来集中考试的实践,编写了这本《河南省体育专业高考手册》。它全面阐述了考试的内容、方法、评分标准及练习方法,是我省体育专业高考的工具书,是学生备考的良师益友。

本书共分四部分。第一部分为体育专业简介,全面介绍了我国高等院校所设六类九个专业的特点,为考生选择适合自己条件的学校与专业提供参考。第二部分是体育专业考试的内容与办法。第三部分是身体素质考试,介绍了各项素质考试的场地设置及考试要求。第四部分是专项技术考试,重点介绍了各项目的技术规格、练习方法及招收高水平运动员考试的项目与方法。

由于编者的政策水平和业务能力有限,不妥之处,敬请指正。

编者

1990年12月

编 辑 委 员 会

主 编：郭长润

副 主 编：宋合礼 侯少林

编 委：（以姓氏笔划为序）

丁 玮 王明新 毛景广 刘言和 宋合礼

闵 阔 袁超浩 侯少林 郭长润。

审 定：牛福岐 陈 举 赖国耀

目 录

第一部分 体育专业设置简介	(1)
一、体育专业设置	(2)
二、体育专业招生工作的有关规定	(7)
第二部分 体育专业考试的内容	(9)
一、文化考试	(9)
二、体育考试	(9)
三、体育考试评分办法	(10)
第三部分 身体素质考试	(12)
一、身体素质考试的内容与方法	(12)
二、身体素质考试成绩评分表	(20)
第四部分 专项技术考试	(38)
一、田径	(38)
二、武术	(88)
三、体操	(96)
四、足球	(125)
五、篮球	(149)
六、排球	(168)
七、乒乓球	(196)

第一部分 体育专业设置简介

高等学校的各种专业，是依据社会的需求和科学的发展而设置的。我国各体育院、系现行的各种专业，也是根据这一原则来开设和划分的。

学生在报考体育专业的时候，对体育各种专业的基本情况要有所了解，以便根据自己的特长和具体条件，选择适合自身的专业进行报考。

我国高等学校现定的六类九个专业见下表。

全国普通高等学校体育专业目录表

类序	类别名称	专业编号	专业名称
一	体育教育类专业	0101	体育教育专业
二	训练学类专业	0201	运动训练专业
三	应用文、理科类专业	0301	体育管理专业
四	人体科学类专业	0401	体育生物科学专业
五	传统体育类专业	0501	武术专业
六	试办专业	01	体育新闻专业
七		02	体育保健康复专业
八		03	运动心理专业
九		04	警察体育专业

一、体育专业设置

(一) 体育教育专业

体育教育是有目的、有组织、有计划地促进学生身体全面发展、增强体质，传授锻炼身体的知识、技术与技能，造就德、智、体、美、劳全面发展的社会主义建设人才。

我国现有的14所体育学院、1所体育师范学院、48所师范大学(学院)体育系、近百所师范专科学校，均设有体育教育专业。它是体育各专业中开设学校和招生人数最多的一个专业。我省的河南大学、河南师范大学、洛阳师专，许昌师专、商丘师专、安阳师专、南阳师专、周口师专、河南体专均设有体育教育专业，面向全省或地区招生。

培养目标：培养从事中等学校体育教育和科研工作的体育教师。

业务要求：学生应较系统地掌握教育、心理、人体科学、社会科学的基础理论，较广泛地掌握体育教育的基本理论、基本知识和基本技能。毕业后能从事体育教学、指导课余训练、组织课外锻炼和竞赛工作。

主要课程：教育学、人体解剖学、体育保健学、人体生理学、体育测量与评价、体育心理学、体育概论、学校体育学、田径、体操、球类、武术等。

(二) 运动训练专业

运动训练专业主要是培养系统掌握并运用运动训练的科

学理论与专门技能，从事运动训练实践和理论研究的专门人才。

培养目标：培养从事运动训练实践和科学研究的教练员。

业务要求：应系统掌握运动训练的基础理论与基本方法；熟练掌握主修项目的基本理论、基本技术与技能；能胜任主修项目的训练、竞赛工作，能初步从事科学研究工作。

主要课程：运动训练学、运动解剖学、运动生理学、运动生物学、运动生物化学、运动心理学、体育测量与评价、教育学、体育概论、主修项目的理论与技术。

（三）体育管理专业

体育管理专业是培养勤奋、进取、实干、有开创精神，掌握现代科学管理知识、技能人材的体育专业。

培养目标：培养从事体育管理工作和理论研究的体育管理专门人才。

业务要求：应具有较广泛的自然科学和社会科学理论知识，掌握体育科学的基本理论，熟悉体育运动主要技术与理论，较熟练地掌握现代体育管理的理论、技术与方法，能胜任体育行政、业务管理及有关的研究工作。

主要课程：现代管理学基础、体育管理学、体育经济学、体育统计学、行政管理、运筹学程序设计与计算机语言、体育概论、体育管理心理学、体育情报学、体育运动知识与技能。

（四）体育生物科学专业

体育生物科学专业是培养有较系统的人体科学知识、掌握有关学科的理论知识与实验技能、从事有关学科的理论研究、应用研究和教学工作的专门人材的专业。

培养目标：培养从事体育生物科学教学和科研的专门人才。

业务要求：应在提高数理化等基础理论和计算机应用技术的基础上，掌握教育科学、体育科学和人体科学的基础理论；系统掌握体育生物科学的基本理论和实验技能，能从事体育生物科学的教学与科研工作。

主要课程：教育学、高等数学、生物学、遗传学、免疫学、解剖学、生理学、体育保健学、体育康复学、运动生物力学、运动生物化学、计算机语言、体育手段与方法等。

（五）武术专业

武术是中华民族优秀文化宝库中的瑰宝，有健身、强身、竞技、表演和修身养性等多种功能，是我国人民最喜爱、开展最广泛最普及的传统体育项目，是大、中、小学体育课的教学内容，已正式列为国家和亚洲运动会的竞技项目。

培养目标：培养从事武术教学、科研、训练工作的专门人才。

业务要求：应掌握教育学、人体科学、传统养生学和武术的基本理论和技能，毕业后能独立从事专业教学、训练和科学研究工作。

主要课程：教育学、武术理论基础、武术、内功养生学、人体生理学、人体解剖学、体育心理学、伤科与按摩、体育

概论、中国武术史、体育手段与方法。

（六）警察体育专业

警察体育是公安学与体育科学的交叉学科，目前为试办专业。该专业根据公安工作的特点和性质，以突出短武器和非杀伤武器训练，尤其是个人格斗能力为特点，是研究增强公安干警身体素质，使之掌握克敌制胜技术、技能、理论与方法的特种体育专业。

培养目标：培养从事公安系统警体教学、训练、科研工作的专门人才。

业务要求：应掌握法学、公安学、教育学、体育教育学、警察体育学的基本理论、基本知识和基本技能，毕业后能从事本专业的教学、训练与科研工作。

主要课程：法学概论、公安学概论、警察体育学、人体生理学、人体解剖学、教育学、心理学、体育概论、创伤与急救、警体专业技术、体育手段与方法。

（七）体育新闻专业

体育新闻专业是专门研究体育新闻采访与写作，体育新闻的编辑与评论，以及体育宣传的内在规律的新型专业。目前暂列为试办专业。

培养目标：培养从事体育新闻工作的专门人才。

业务要求：应掌握从事体育新闻报导所必须的社会学科基本知识，较广泛的体育科学的一般基本理论和体育专业知识，掌握新闻学的基本理论知识和体育新闻报导的技能。

主要课程：中国文学、汉语与写作、新闻学及体育新闻

概论、体育新闻采访与写作、新闻编辑评论、新闻摄影、体育生物学科基础、体育概论、体育史、体育音像采访和传播、体育运动知识与技术。

（八）运动心理专业

运动心理专业是研究人在体育运动中心理活动的规律，为科学地组织和指导体育运动教学、训练和竞赛、体育专门人才的选拔与培养，为运动训练科学化提供心理依据。目前暂列为试办专业。

培养目标：培养从事运动心理学应用和研究工作的专门人才。

业务要求：应掌握体育教育科学的基础理论，较系统地掌握运动心理基本理论知识与实验技能，并具有一定的运动技能，毕业后能从事运动心理学的实际应用和科研工作。

主要课程：体育概论、运动解剖与生理学、运动训练学、各项运动知识与技术、心理学原理、生理心理学、运动实验心理学、运动心理学、运动心理测量统计、心理训练学、体育管理心理学、体育社会心理学、体育教育心理学。

（九）体育保健康复专业

体育保健康复专业是一门以体育科学、医学为主的交叉学科。体育保健的任务是指导人们如何进行科学合理的体育锻炼，以达到增强体质、增进健康的目的。目前暂列为试办专业。

培养目标：培养从事体育保健与体育康复工作的专门人

才。

业务要求：应掌握体育科学、人体科学、卫生保健、康复医学的基础理论、基本知识和业务技能，毕业后能从事体育保健与体育康复的实践应用、科学研究和教学工作。

主要课程：体育手段与方法、解剖学、生理学、病理学、营养学、临床医学基础、体育保健学、体育康复学、中医养生康复学、康复心理学、保健体育与康复体育的手段与方法。

二、体育专业招生工作的有关规定

（一）报名

报考体育专业的考生必须拥护四项基本原则，高中毕业或具有同等学力；身体健康、未婚、年龄不超过22周岁。教练员、体育教师、优秀运动员（指省体育工作大队的运动员）可放宽到28周岁，婚否不限。以及培养优秀运动员后备人才的中等体育学校的应届毕业生，均可报考。

报名的时间和地点：由省高招办公室与各市（地）高招办公室确定后公布。

（二）招生办法

在省招生工作委员会领导下，省、市（地）二级成立体育专业招生组织。

考生报名时须填写《高等院校体育专业报名登记表》，按重点与一般院校各填报2—3个体育专业的学校志愿，另

外还可兼报普通高等学校其它专业的志愿。

体育教育和警察体育专业单独组织进行体育专业考试，体育生物科学、体育管理、运动心理、体育新闻和体育保健康复专业不进行体育专业考试，但报考这些专业的考生必须具有一定的体育运动基础，招生院校将对他们进行面试和必要的考核。

运动训练和武术专业实行单独招生，文化考试由国家体委统一命题，由考生所报第一志愿的学校进行考试；体育专项考试及录取办法由招生学校自定。

（三）体检的补充规定

由于体育专业的特殊性，男子身高低于1.70米，女子低于1.60米者，一般不予录取；任何一眼裸眼视力低于0.5（警察体育专业低于1.0）者不予录取。

第二部分 体育专业考试的内容

一、文化考试

报考体育专业的考生必须参加全国普通高等学校的文化课考试。由于体育各专业特点不同，所以报考体育教育、体育生物科学、运动心理、体育保健康复和警察体育专业的考生，参加全国普通高等学校理工农医类考试；报考体育新闻专业的考生参加文史类考试；报考体育管理专业的考生参加理工农医类或文史类考试。

二、体育考试

(一) 身体素质

第一组：100米跑。

第二组：①立定跳远②二级蛙跳③立定三级跳远。

第三组：①原地推铅球②原地双手后抛铅球③连续挺举。

第四组：①十字变向障碍跑②三角形障碍跑③5米三向折回跑。

第五组：800米跑。

按国家统一规定，省高招办公室在第二、三、四组中采用随机提取的办法，各选定一项，并在第二、三、四、五组中随机提取三组所选定的一项，连同第一组的100米，组成当

年考试的四项身体素质，并提前公布。

（二）专项技术

考生可根据自己的特长在田径、武术、体操、足球、篮球、排球、乒乓球七个项目中任选一项进行考试。

三、体育考试评分办法

身体素质与专项技术的评分办法与标准，均按国家有关规定执行。

1、身体素质与专项技术的达标项目，考试成绩均按评分表评分。其中：

①计时项目：每个考生须有三块秒表计时，按田径运动竞赛规则计取成绩。

②非计时项目（包括计次数和丈量高度、远度的项目）：须有两名以上考评员在场，成绩方为有效。

2、专项技术的技评项目的考试成绩，按四级评定，采用百分制，以5分作为一个分数段，其各级分值为：

优秀：100、95、90、85四个分数段；

良好：80、75、70三个分数段；

及格：65、60二个分数段；

不及格：60分以下直至0分。

各项评分均按其分配百分率分值计算（详见各项评分表）。

技评项目：每项均须有3—4名考评员评定成绩。成绩计算方法是：4人者3人之间相同成绩评定；若3人或4人

成绩均不相同，其中最高或最低成绩不计，3人者计中间成绩，4人者计两个中间成绩的平均成绩。

3、体育考试总成绩评分办法。

体育考试的计分方法，是将身体素质和专项技术得分相加，总成绩满分按100分计算。身体素质与专项技术在考试中的百分率分配是：身体素质占60%，满分为60分，每项素质满分为15分；专项技术占40%，满分为40分，田径项目以一个单项成绩评分；武术、体操、球类等项目按其达标和技评项目评分百分率计分和评分。