

湖南安全技术职业学院 2025 年艺术特长高职单招方案

为促进我校艺术事业发展，丰富校园文化生活，规范艺术特长生招生工作，根据《湖南省教育厅关于做好湖南省 2025 年高职（高专）院校单独招生工作的通知》（湘教发〔2024〕271 号）文件要求，结合我校实际情况，特制定本方案。

一、项目及计划

我校艺术特长生招生计划严格按照湖南省教育厅有关规定执行，计划总数 22 人，具体各项目计划如下：

项目	计划数
舞蹈	7
声乐	5
器乐	5
播音与主持类	5
合计	22

二、报考条件

1.符合我省 2024 年普通高考（含对口招生考试）报名条件并已参加高考报名；

2.无伤病；

3.年龄不超过 22 周岁(2003 年 1 月 1 日(含)后出生)；

4.考生还需具备以下条件之一：

①近六年内获得区县级政府部门主办的相关艺术类比赛前 3 名（一等奖）；

②近六年内获得市州级政府部门主办的相关艺术比赛前 6 名（二等奖）；

③近六年内获得省级政府部门主办的相关艺术比赛前 8 名

(三等奖);

④参加湖南省 2025 年艺术类专业省级统考且统考成绩不低于本省 2025 年艺术类专业统考合格线的考生。

所获成绩及奖项限于报所对应的专业项目(如获得声乐类省级统考合格的对应报考声乐类特长生)。

三、报考流程

1.参加全省单招统一报考,并以艺术特长生身份报考我校。

2.按《湖南安全技术职业学院 2025 年高职单招章程》要求,在规定的时间内提交材料、报名、缴费、打印准考证。

3.测试内容及标准。根据招生项目分别组织专项测试。各专项测试内容及标准另行公布。

4.测试所需服饰、器具需考生自行准备,并自行做好相关准备工作,建议考生家长为考生购买意外险,考试过程中,考生根据自身实际情况进行,如发生意外由考生本人及家长承担。

四、资格审查和现场确认

艺术特长生须第一志愿报考我校,2025 年 2 月 17 日 16:00 前将相关资料电子版发送到指定邮箱(1640836833@QQ.COM),于 2025 年 2 月 21 日 9:00-16:00 携带本人身份证和相关证明材料(包括身份证复印件及相关比赛成绩证书、获奖证书等证明材料复印件,报名材料不退还)到我校团委(明正楼 201 办公室)进行现场确认,并进行艺术特长生技能初审,审核通过后,审核通过后方可取得艺术特长生报考资格。初审合格名单将在 2 月 23 日 16:00 前在学校官网予以公示。

五、专项测试

1.测试时间及地点。我校艺术特长生专项测试安排在 2025 年 3 月 8 日,具体测试时间和地点见准考证。

2.测试流程及方式。舞蹈、声乐、器乐、播音主持类设置在同一考场,分不同场次。

3.各项目的测试内容及要求如下:

舞蹈				
序号	测试项目	具体内容	分值	时间
1	形象气质	自我介绍	20分	2分钟
2	舞蹈基本功与技术技巧	以技巧组合的方式展示	30分	2分钟
3	舞蹈剧目	自选舞蹈展示(舞种:中国古典舞、中国民族民间舞、现当代舞、芭蕾舞)	50分	4分钟

声乐				
序号	测试项目	具体内容	分值	时间
1	形象气质	自我介绍	20分	2分钟
2	演唱	歌曲一首,不限唱法	50分	5分钟
3	视唱	视唱曲目一条(简谱)	30分	3分钟

器乐				
序号	测试项目	具体内容	分值	时间
1	形象气质	自我介绍	20分	2分钟
2	乐曲演奏	一首,背谱演奏	50分	5-8分钟
3	视唱	视唱曲目一条(简谱)	30分	3分钟

播音与主持类				
序号	测试项目	具体内容	分值	时间
1	形象气质	自我介绍	30分	2分钟
2	朗诵	自选稿件	35分	5分钟
3	模拟主持	题库抽题	35分	3分钟

六、录取原则

1.艺术特长生可选择我校高职单招除应急救援技术和消防救援技术外任一 2025 年单招专业。

2.综合成绩计算方式：综合成绩=文化素质测试成绩（按第二类考生）+专项测试成绩。文化素质测试总分为 300 分，专项测试成绩换算成 300 分。

3.录取办法：严格按照专业项目的计划数，依据取得合格资格考生的综合成绩从高分到低分进行排序录取。某专业小项生源不足时，所剩计划调整到其它专业小项录取（调整顺序为：播音主持类、声乐、器乐、舞蹈类），如仍然没有完成计划，则转为录取普通类单招考生。）

如遇末位同分的情况，排位顺序为：艺术专项测试、语文、数学、外语，如仍同分，则组织末位同分考生重新考试。

七、入校复查

新生入学后 3 个月内，学校按照招生政策规定对新生报名资格、身心状况、录取手续及程序、录取资格、优惠资格及相关证明材料等进行复查复核。对复查复核发现的问题，学校将集中研究处理，凡属弄虚作假者，一经查实，取消其入学资格。对于弄虚作假情节严重或涉嫌冒名顶替上大学的，移送相关部门调查处理。

八、监督机制

学校纪委对招生考试工作进行全程监督，如发现我校特长生招生工作存在违纪违规行为，请直接向纪委反映，监督电话：0731-84396502。

九、其他事项

本方案适用于我校 2025 年艺术特长生高职单招。其解释权属于湖南安全技术职业学院。如遇教育部、湖南省教育厅相关招生政策调整，以公布的最新政策为准。

湖南安全技术职业学院 2025 年体育特长生招生办法

为进一步推进我校体育后备人才的培养，规范特长生的招生工作，根据《湖南省教育厅关于做好湖南省 2025 年高职（高专）院校单独招生工作的通知》（湘教发〔2024〕271 号）有关要求，结合学校实际，特制订本招生方案。

一、招生项目与计划

我校体育特长生招生计划严格按照湖南省教育厅有关规定执行，计划总数 22 人。具体各项目计划如下：

项目	性别要求	计划数
羽毛球	女	4
	男	3
健美操（啦啦操）		6
篮球	女	9
合计		22

二、报考条件

1.符合我省 2025 年普通高考（含对口招生考试）报名条件并已参加高考报名；

2.德、智、体全面发展，无伤病，年龄不超过 20 周岁(2005 年 1 月 1 日(含)后出生)。

3.具体其他条件见不同项目。

三、报考流程

1.参加全省单招统一报考，并以体育特长生身份报考我校。

2.按《湖南安全技术职业学院 2025 年高职单招章程》要求，

在规定的时间内提交材料、报名、缴费、打印准考证。

3.测试内容及标准，根据招生项目分别组织专项测试。测试所需服饰、器具需考生自行准备，并自行做好相关准备工作，建议考生家长为考生购买意外伤害险，考试过程中，如发生意外由考生本人及家长承担。

四、资格审查

体育特长生须第一志愿报考我校，2月17日16:00前将相关资料电子版发送到指定邮箱（645851049@qq.com），并于2月21日9:00-16:00携带本人身份证和相关证明材料（包括身份证复印件及相关比赛成绩证书、获奖证书等证明材料复印件，报名材料不退还）到我校基础课部（明礼楼1-209办公室）进行现场审核，并进行体育特长生技能初审，审查通过后方可以体育特长生身份参加我校单独招生考试。初审合格名单将在2月23日16:00前在学校官网予以公示。

五、现场确认

取得特长生报考资格的考生，请于2025年3月8日，在我校专项测试开始前，进行现场确认。确认要求：需携带本人身份证、准考证以及测试所需衣服、器具。

六、专项测试

1.测试时间及地点。我校艺术体育特长生专项测试安排在2024年3月8日，具体测试时间、地点，见准考证安排。

2.测试流程、方式以及各项测试内容及要求，见附件。

七、录取原则

1.体育特长生可选择我校2025年高职单招任一招生专业，我校将按照分数优先、遵循志愿的原则进行录取。

2.综合成绩计算方式：综合成绩=文化素质测试成绩+专项测试成绩。文化素质测试总分为300分，专项测试成绩总分为300

分（换算后）。

3.录取办法：严格按照项目的计划数，依据取得合格资格考生的综合成绩从高分到低分进行排序录取。某专业小项生源不足时，所剩计划调整到其它专业小项录取，调整顺序为：篮球（女）、羽毛球（女）、羽毛球（男）、健美操，如仍然没有完成计划，则转为录取普通类单招考生。

如遇末位同分的情况，排位顺序为：体育专项测试、语文、数学、外语，如仍同分，则组织末位同分考生重新考试。

八、入校复查

新生入学后3个月内，学校按照招生政策规定对新生报名资格、身心状况、录取手续及程序、录取资格、优惠资格及相关证明材料等进行复查复核。对复查复核发现的问题，学校将集中研究处理，凡属弄虚作假者，一经查实，取消其入学资格。对于弄虚作假情节严重或涉嫌冒名顶替上大学的，移送相关部门调查处理。

九、监督机制

我校纪委对招生考试工作进行全程监督，如发现我校特长生招生工作存在违纪违规行为，请直接向我校纪委反映，监督电话：0731-84396502。

十、其他事项

体育特长生在校学习期间，必须遵守学校的有关规定，服从安排，参加学校组织的有关体育训练和比赛活动，承担个人应尽的义务，如不服从相关比赛、训练安排，学校可安排对该生进行退学处理。

本方案适用于我校2025年体育特长生高职单招。其解释权属于湖南安全技术职业学院。如遇教育部、湖南省教育厅相关招生政策调整，以公布的最新政策为准。

体育特长各专项测试办法及评分标准

一、羽毛球专项测试办法与评分标准

要求近三年在市级比赛中获得前三名或省级（湖南省青少年羽毛球比赛或湖南省中学生羽毛球比赛，由湖南省体育局或湖南省教育厅主办）及以上级别比赛获得前八名的队员（原则上须达到二级及以上水平），方可参加专项测试。

1. 基本技术（35分）

（1）正手发高远球（10分）：以握拍、脚步动作、发力、拍面、击球点、球的高度、弧度、落点及规则要求来评定（表 1-1）。

表 1-1 正手发高远球评分标准

序号	考核内容	考核要点	配分	评分标准	
				命中数量	得分
1	正手发后场高远球技术	1. 达标。球落在规定的区域算命中。	7分	7	7
				6	6
				5	5
				4	4
				3	3
				2	2
		1	1		
		2. 技术动作。	3分	以握拍、脚步动作、发力、拍面、击球点、球的高度、弧度、落点及规则要求来评定。	
合计		10分			

（2）击直线高远球+吊斜线（25分）：右（左）手握拍的考生，从 A 区开始启动接考官发至后场左（右）半区的场内球，连续在后场左（右）半区击直线高远球 5 个，斜线吊球 5 个，每次击球后要回到原位置。连续击球 10 次，取 10 次成绩之和。

达标分（20分）

（1）高远球落点在后场 B 区得 2 分；吊球落在 E、F 区得 2 分

(2) 高远球落点在后场 C 区得 1 分；吊球落在 G 区得 1.5 分

(3) 高远球落点在中场 D 区得 0.5 分；吊球落在 H 区得 1 分

(4) 高远球落点在场外、不过网或错区得 0 分。

技评分 (5 分)

A 等 (5 分): 准备姿势合理, 移动步法合理, 击球动作协调, 弧度与落点好。

B 等 (3 分): 准备姿势合理, 移动步法合理, 击球动作基本正确, 弧度与落点较好。

C 等 (2 分): 准备姿势较合理, 移动步法较合理, 击球动作一般, 弧度与落点较差。

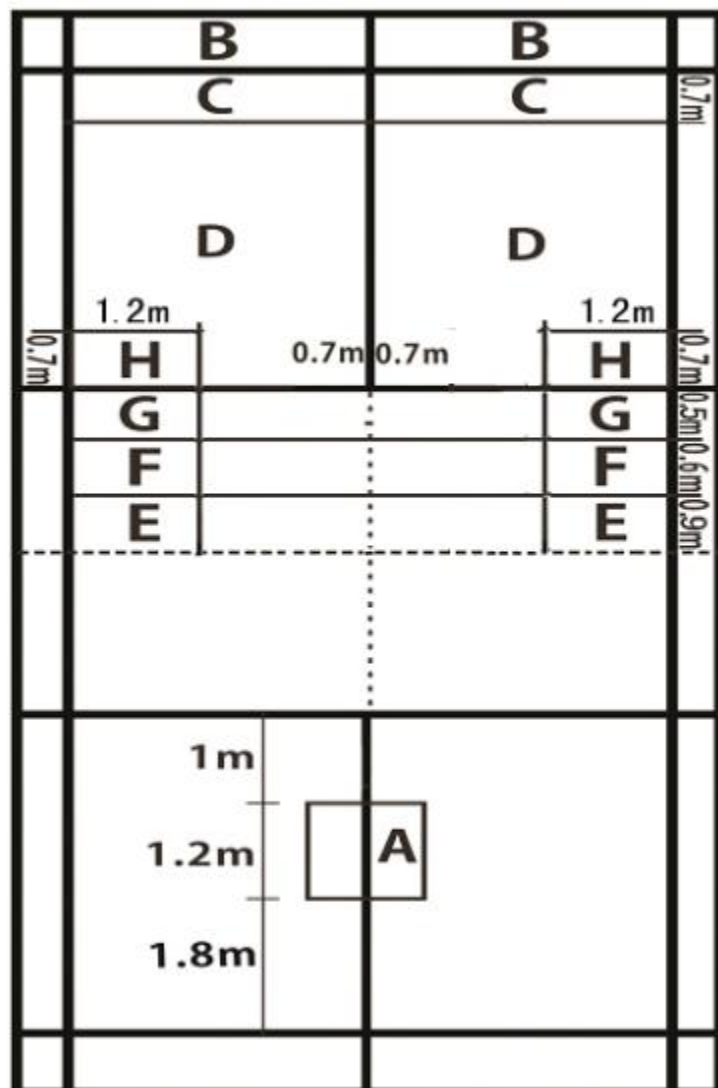
D 等 (1 分) : 准备姿势不合理, 移动步法不合理, 击球动作错误, 难以完成动作。

2. 实战能力 (65 分)

以比赛形式进行, 男女生分开。看测试者是否有一定的进攻和防守能力, 能够运用一些高级技术: 假动作、勾对角劈杀等; 掌握一定的战术技能, 知道如何调动对手寻找战机, 知道何调整战术和心态 (表 1-5)。

表1-2 实战能力评分标准

序号	考核内容	赛制	名次	分数
2	实战能力	根据报名人数进行分组, 每组5—7人, 单循环比赛, 不同级别 (健将级、一级、二级等) 均衡分配到每组中。	小组第一名	65
			小组第二名	55
			小组第三名	45
			小组第四及以后名次名	35



羽毛球场地区域图

二、健美操（啦啦操）

考生需在教育、文体部门主办的健美操、啦啦操比赛获得市赛前6名，省赛前8名；或具备运动员二级证书。

1.专业基本素质（20分）：

（1）10秒俯卧撑（5分）：

性别	次数	分值	备注
男	15	5	标准俯卧撑，下压时手臂需小于90度。
女	12		
男	13	4	
女	10		
男	11	3	
女	8		
男	9	2	

女	6	1	
男	7		
女	5		

(2) 60秒两头起(5分):

数量(个)	分值	备注
25及以上	5	标准两头起, 身体仰卧, 双臂头上举, 双腿并拢; 腹部用力使双臂与双腿同时抬起至腹部正上方, 身体充分折叠。
20-25	4	
16-19	3	
10-15	2	
9	1	

(3) 大踢腿(5分)

连续大踢腿(两侧各10次), 动作标准垂直有力度5分, 踢腿角度每少5度力度欠缺减一分。

(4) 横竖叉(5分):

髋部完全展开, 贴合地面。

内容		评分内容及标准	分值	评分方法
专项素质	纵叉	两腿伸直, 前后分开成一字, 大腿根部着地, 上体直立。	2.5	大腿根距离地面每增高2厘米, 扣1分。
	横叉	两腿伸直, 左右分开成一字, 大腿根部着地, 上体直立。	2.5	大腿根距离地面每增高2厘米, 扣1分。

2.专项素质(30分)

文森、直升飞机、直角或分腿支撑、曲体分腿跳、立转360接垂劈、单手侧手翻。难度动作按健美操、啦啦操难度标准要求, 能展示出每个记5分, 否则0分。

3.成套(50分)

自编或高考套路。

要求: 整套动作清晰流畅、表现力好、充满力度, 充分展现项目特征。考官根据相关竞赛规则要求评分。音乐自备。着专业经济健美操服或啦啦操比赛服、鞋。

说明: 测试总分低于65分, 不予录取。

三、篮球（女子）

1.考核指标与所占分值

类别	专项素质	专项技术		实战能力
考核指标	摸高	投篮	多种变向运球上篮	比赛
分值	20	20	20	40

2.考试方法与评分标准

专项素质：摸高

考试方法：考生助跑起跳摸高，单手触摸电子摸高器或有固定标尺的高物，记录绝对高度。助跑距离和起跳方式不限。每人测试2次，取最好成绩（精确到厘米）。

评分标准：(表 1)

表 1 助跑摸高评分表

分值	成绩(米)	分值	成绩(米)	分值	成绩(米)
	女		女		女
20	2.80	15	2.64	10	2.48
19.5	2.79	14.5	2.63	9.5	2.47
19	2.78	14	2.62	9	2.46
18.5	2.71	13.5	2.61	8.5	2.45
18	2.70	13	2.60	8	2.44
17.5	2.69	12.5	2.59	7.5	2.43
17	2.68	12	2.52	7	2.42
16.5	2.67	11.5	2.51	6.5	2.41
16	2.66	11	2.50	6	2.40
15.5	2.65	10.5	2.49	5.5	2.39
				5	2.38

专项技术

1.投篮

测试方法：以篮圈中心投影点为中心，5.5 米为半径画弧，考生在弧线外进行1分钟自投自抢，投篮方式不限，记投中次数，投中一次得2分，最高20分。每人测两次，记其中一次最佳成绩。投篮必须在弧线外，不准踩线，踩线投篮投中无效。评分标准(表 2)

表 2 投篮评分表

男女成绩 (个)	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
分值	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2

2.多种变向运球上篮

测试方法：考生在球场端线中点站立，面向前场，用右手运球至①处，以考生开始运球时球落地开表，在①处做右手背后运球变向，换左手向②处运球，至②处做左手后转身运球变向，换右手运球至③处，在③处右手跨下运球后右手上篮。球中篮后方可用左手运球返回③处，在③处做左手背后运球，换右手运球至②处做右手后转身运球，变向，换左手运球至①处做左手跨下运球后左手上篮。球中后做同样动作再重复一次，回到原处停表。（如图 1 所示）

篮球场地上的标志①、②、③为以 40 厘米为半径的圆圈，①、③到端线的距离为 6 米、到边线的距离为 2 米。②在中线上并到中圈中心距离为 2.8 米。要求考生在考试时必须任意一脚踩到圆圈线或圆圈内地面，方可变向，否则视为无效，不予计分；运球上篮时球须投中，投不进可进行补投，若球不中仍继续带球前进，视为无效，也不予计分。每人测试二次，记其中一次最佳成绩。（图 1）

图 1 多种变向运球上篮示意图

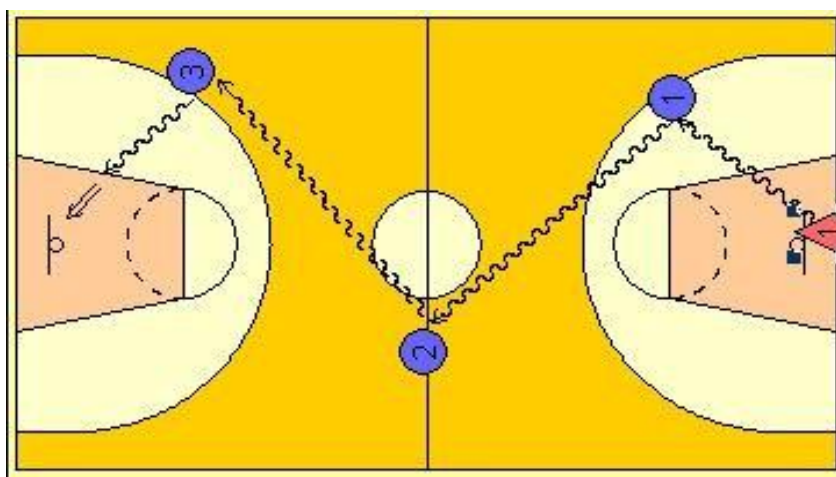


表 3 多种变向运球上篮评分表

分值	成绩（秒）	分值	成绩（秒）
	女		女
20	38.00	14.5	43.50

分值	成绩（秒）	分值	成绩（秒）
	女		女
19.5	38.50	14	44.00
19	39.00	13.5	44.50
18.5	39.50	13	45.00
18	40.00	12.5	45.50
17.5	40.50	12	46.00
17	41.00	11.5	46.50
16.5	41.50	11	47.00
16	42.00	10.5	47.50
15.5	42.50	10	48.00
15	43.00	9	高于 48.00

实战能力：比赛

(1)考试方法：按照篮球比赛规则，视考生人数分队进行比赛。

(2)评分标准：考评员参照实战能力评分细则，独立对考生动作的正确、协调、连贯程度，技、战术运用水平和配合意识等方面进行综合评定。采用 10 分制评分，分数至多到小数点后 1 位。评分标准(表 4)

表 4 实战比赛与综合能力评分标准

等级（分值范围）	评价标准
优（40-35 分）	动作正确、协调、连贯、实效；技术运用合理、运用效果好；战术配合意识强、实战效果好。
良（34-28 分）	动作正确、协调；技术运用合理、运用效果好；战术配合意识较强、实战效果较好。
中（27-20 分）	动作基本正确、协调；技术运用基本合理、运用效果一般；战术配合意识一般、效果一般。
差（19 分以下）	动作不正确、不协调；技术动作不合理、运用效果差；战术配合意识差、效果差。

附件 3

湖南安全技术职业学院应急救援技术、 消防救援技术高职单招方案

根据《湖南省教育厅关于做好湖南省 2025 年高职（高专）院校单独招生工作的通知》（湘教发〔2024〕271 号）《湖南安全技术职业学院 2025 年高职单招章程》等文件精神，特制订本方案。

一、测试对象

2025 年高职单招成功报考我校应急救援技术、消防救援技术的全体考生。

二、测试时间及地点

测试时间：2025 年 3 月 8 日-9 日；

测试地点：校本部。

具体见准考证安排。

三、综合成绩

综合成绩=文化素质测试成绩（满分：300 分）+职业技能测试成绩（满分：450 分，换算后）

四、文化素质测试

按《湖南安全技术职业学院 2025 年高职单招章程》分类，参加文化素质测试。

五、职业技能测试

本测试包含：政治审核、心理测试、体格检查、体能测试，其中：政治审核、心理测试和体格检查为合格性测试，体能测试为合格性测试与计分式测试相结合。如某考生以上四项测试中有任一测试结果为不合格，则该考生职业技能测试为不合格，按 0 分计算，不得录取。三项测试均合格的考生，其体能测试成绩折算成 450 分后计为该考生职业技能测试成绩。

（一）政治审核（各项内容合格，方合格）

政治审查参照国家综合性消防救援队伍及政府专职消防员审查要求进行，详见政治审查表（附件 1）。

（二）体格检查（各项指标合格，方合格）

1.身高：男性身高 160cm 以上，女性身高 158cm 以上。

2.体重：男性：不超过标准体重（标准体重 kg=身高 cm-110）的 30%，不低于标准体重的 15%；女性：不超过标准体重的 20%，不低于标准体重的 15%。

3.视力：任何一眼裸眼视力不低于 4.5；任何一眼矫正视力不低于 4.8，矫正度数不超过 600 度。

4.不得有传染性或难以治愈的皮肤病，如疥疮、牛皮癣、头部黄癣等，有纹身及影响面容、外观、功能的瘢痕。

5.无明显功能障碍，肘关节外伸不超 15 度，肘关节外翻不超 20 度，无扁平足（足弓消失），下蹲不全但经调整姿势后能完全下蹲或轻度下蹲不全者可为合格。

6.无腰椎间盘突出、强直性脊柱炎等影响从事消防救援工作的疾病。

7.心脏听诊正常，无心律失常等严重心脏疾病，肺部无慢性阻塞性肺疾病、肺结核等严重肺部疾病，呼吸功能正常 5。

8.肝脏、肾脏触诊正常，肝肾功能指标在正常范围内。

9.血常规各项指标基本正常，无严重贫血、白血病等血液疾病。

10.空腹血糖 $< 7.0\text{mmol/L}$ ，无严重的内分泌疾病，如甲状腺功能亢进或减退等影响工作的疾病

11.无癫痫（羊角风）、精神病史，无经常头痛、头晕、晕厥等不适宜从事消防救援工作的疾病。

12.无乙型肝炎、丙型肝炎、艾滋病、梅毒等传染病。

13.双耳听力正常，嗅觉正常，无严重的口腔疾病，如牙周炎、龋齿等影响正常生活和工作的疾病。

14.其它不宜从事消防员的情况。

（三）体能测试及标准

各单项测试原始成绩大于等于 15 分（见附件 2），方合格，具体见附件 2。

六、录取原则

（一）录取办法：见《湖南安全技术职业学院 2025 年高职单招章程》。

（二）如遇末位同分的情况，排位顺序为：职业技能测试总成绩、跑步测试、单杆引体向上（仰卧起坐）测试、立地跳远、4*10 折返跑、文化素质成绩。

七、入校复查

新生入学后 3 个月内，学校按照招生政策规定对新生报名资格、身心状况、录取手续及程序、录取资格、优惠资格及相关证明材料等进行复查复核。对复查复核发现的问题，学校将集中研究处理，凡属弄虚作假者，一经查实，取消其入学资格。对于弄虚作假情节严重或涉嫌冒名顶替上大学的，移送相关部门调查处理。

八、监督机制

我校纪委对招生工作进行全程监督，如发现我校特长生招生工作存在违纪违规行为，请直接向我校纪委反映，监督电话：0731-84396502。

九、其他事项

（一）本专业实行准军事化管理，必须遵守学校的有关规定，服从安排，参加学校组织训练活动，如不服从或不能适应训练安排，学校可对该生进行退学处理。

（二）应急救援技术、消防救援技术专业统一着装和宿舍用品，费用由学生自行承担。

（三）体能测试，考生自行做好考前相关准备工作，建议自行购买意外伤害险，考试过程中，如发生意外由考生自行承担。

（四）体格检查费用由考生自行承担，检查要求另行通知。

（五）本方案适用于我校 2025 年应急救援技术、消防救援技术专业高职单招。其解释权属于湖南安全技术职业学院。如遇教育部、湖南省教育厅相关招生政策调整，以公布的最新政策为准。

政治审核表

姓名		性别		民族	
出生日期		身份证号码			
毕业学校					
考生号			联系电话		
家庭住址					
学习经历					
政治历史情况	<p>1. 本人是否参加过反动、邪教、黑恶势力组织，或与之有密切关联，是否有参与任何非法政治活动、集会游行等扰乱社会秩序行为。 <input type="checkbox"/>是 / <input type="checkbox"/>否</p> <p>2. 本人是否发表过与党和国家路线方针相悖的不当言论。 <input type="checkbox"/>是 / <input type="checkbox"/>否</p> <p>3. 本人是否曾被刑事处罚、行政拘留或者收容教养的，涉嫌违法犯罪正在被调查处理或者被侦查、起诉、审判的； <input type="checkbox"/>是 / <input type="checkbox"/>否</p> <p>4. 家庭成员、主要社会关系成员危害国家安全行为受到刑事处罚或者正在被侦查、起诉、审判的；组织、参加、支持民族分裂、暴力恐怖、宗教极端等非法组织的；邪教、有害气功组织或者黑社会性质的组织成员的； <input type="checkbox"/>是 / <input type="checkbox"/>否</p> <p>5. 解放军、武警部队退役士兵和国家综合消防救援队伍退出消防员受行政、党内处分未处分期的，被除名、开除或辞退的； <input type="checkbox"/>是 / <input type="checkbox"/>否</p> <p>6. 其他需要说明的情况：</p>				
家庭主要成员情况					
姓名	与本人关系	政治面貌	工作单位及职务 详细地址	联系电话	
主要社会关系情况（至少填 3 人）					
姓名	与本人关系	政治面貌	工作单位及职务 详细地址	联系电话	

承诺书:

我愿意从事消防救援、应急救援相关工作,自觉遵守学校“准军事化管理”的相关规定,具备适应岗位要求的身体和心理条件,具有良好的品行和职业道德,组织纪律观念强,具有较强的吃苦耐劳和忠诚奉献精神,服从组织安排。

学生本人签字:

学生家长签字:

年 月 日

学校审核意见:

单位盖章

负责人签字:

年 月 日

体能测试及标准

1. 1000（800米）跑步测试标准

项 目	体能测试成绩对应分值、测试办法										
	15分	16分	17分	18分	19分	20分	21分	22分	23分	24分	25分
男生 1000米	5'00"	4'50"	4'40"	4'30"	4'20"	4'10"	4'00"	3'55"	3'50"	3'45"	3'40"以内
	4'40"	4'30"	4'20"	4'10"	4'00"	3'50"	3'45"	3'40"	3'35"	3'30"	3'25"以内
考核要求	1.分组考核。 2.在跑道或平地上标出起点线，考生从起点线处听到起跑口令后起跑，完成1000\800米距离到达终点线，记录时间。 3.考核以完成时间计算成绩。										

2. 立定跳远考核内容及测试标准

项 目 立定跳远 (米)	体能测试成绩对应分值、测试办法										
	15分	16分	17分	18分	19分	20分	21分	22分	23分	24分	25分
分值	15分	16分	17分	18分	19分	20分	21分	22分	23分	24分	25分
男生	2.00	2.05	2.10	2.15	2.20	2.25	2.30	2.35	2.40	2.45	2.50以上
女生	1.85	1.90	1.95	2.00	2.05	2.10	2.15	2.20	2.25	2.30	2.35以上
考核要求	1.单个或分组考核。 2.在跑道或平地上标出起跳线，考生站立在起跳线后，脚尖不得踩线，脚尖不得离开地面，两脚原地同时起跳，不得有助跑、垫步或连跳动作，测量起跳线后沿至身体任何着地最近点后沿的垂直距离。两次测试，记录成绩较好的1次。 3.考核以完成跳出长度计算成绩。										

3. 男生引体向上（次/2分钟）测试标准

项 目	体能测试成绩对应分值、测试办法										
	15分	16分	17分	18分	19分	20分	21分	22分	23分	24分	25分
单杠引体向上(次/2分钟)	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	12以上
考核要求	1.单个或分组考核。 2.按照规定动作要领完成动作。引体时下颌高于杠面、身体不得借助振浪或摆动、悬垂时双肘关节伸直；脚触及地面或立柱，结束考核。 3.考核以完成次数计算成绩。										

4. 女生仰卧起坐测试标准

项 目	体能测试成绩对应分值、测试办法										
	15分	16分	17分	18分	19分	20分	21分	22分	23分	24分	25分
屈膝仰卧起坐(次/2分钟)	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
考核要求	1.受测者需仰卧在垫子上，双腿屈膝稍分开，大小腿呈 90 度左右，双手抱头或放在耳朵两侧，但不能抱颈或借助手臂力量拉起上半身。 2.利用腹部力量将上半身抬起，使肩部离开垫子，尽量向膝盖靠近，过程中腰部要始终贴在垫子上，不能离开。 3.要求在 2 分钟内持续进行仰卧起坐，记录完成的次数。										

5. 4×10 米往返跑（秒）测试标准

项 目 折返跑 (米)	体能测试成绩对应分值、测试办法										
	15分	16分	17分	18分	19分	20分	21分	22分	23分	24分	25分
男生	15"5	14"5	13"3	12"8	12"3	11"8	11"3	10"8	10"4	10"1	9"8 以上
女生	17"3	16"5	15"3	14"5	13"3	12"8	12"3	11"8	11"3	10"8	10"4 以上

考核要求	<ol style="list-style-type: none">1.单个或分组考核。2.在 10 米长的跑道上标出起点线和折返线，考生从起点线处听到起跑口令后起跑，在折返线处返回跑向起跑线，到达起跑线时为完成 1 次往返。连续完成 2 次往返，记录时间。3.考核以完成时间计算成绩。
------	---

备注：体能测试四项测试标准中达到最低计分标准即为合格，任意一项成绩不合格，则体能测试判定为不合格。