

广州应用科技学院 2026 年普通专升本招生考试 体育类专业体育综合测试考试说明

普通高等学校专升本招生考试是由专科毕业生参加的选拔性考试。体育综合测试是广州应用科技学院招收专科毕业生入读社会体育指导与管理专业、运动康复专业的考试课程之一。体育综合测试共 2 项，专业科目和公共科目，每项 100 分，总分 200 分。学校根据考生的成绩，按已确定的招生计划，德、智、体全面衡量，择优录取。

一、公共科目（三选一 100 分）

100 米、立定跳远、铅球

二、专业科目（100 分）

（一）社会体育指导与管理专业

专业科目：4*10 米折返跑

（二）运动康复专业

专业科目：运动康复综合实践实操

（三）免试条件：

体育科技学院专升本招生考试体育综合测试专业科目免试认定条件（成绩直接计优秀 90 分）符合下列之一：

1. 取得国家二级及以上运动员技术等级证书（证书需在“运动员技术等级信息查询系统”可查，认定时效内有效）；

2. 近三年内（以报名当年截止日期回溯），在体育系统主办的正规赛事中，运动成绩达到国家二级运动员技术等级标准，需提供秩序册、成

注：请校考考生务必加入我校专升本校考群：1047142741

绩册等佐证材料；

3. 近三年内，在省级及以上体育行政部门或教育部门主办的官方赛事中，获得个人项目前八名或集体项目前八名（需为参赛主力队员），需提供获奖证书原件及赛事证明；

4. 近三年内，在全国性体育赛事（符合运动员技术等级授予名录）中获得前十二名，或在行业协会主办的全国性权威赛事中获得前八名，赛事级别需经学校体育专项考核小组认定。

5. 补充说明

（1）免试认定需同时满足“思想政治品德考核合格、符合当年高考报名条件、身心健康无兴奋剂违规记录”；

（2）相关证书、赛事材料需在报名时提交原件核验，弄虚作假者取消资格；

（3）认定范围涵盖学校体育类招生限定项目（篮球、排球、足球、羽毛球、健美操、乒乓球、网球、田径、游泳、武术等）。

三、考试方法与评分标准（详见附件）

（一）附件1 公共科目考试方法与评分标准

（二）附件2 社会体育指导与管理专业专业科目考试方法和评分标准

（三）附件3 运动康复专业专业科目考试方法和评分标准

附件 1:

公共科目考试方法与评分标准

一、考试科目：100 米、立定跳远、铅球

二、考试方法

1. 100 米项目考试采用一次性比赛，使用手动计时计取成绩，参照评分标准换算成得分。
2. 100 米项目考试中，对每组第一次起跑犯规的考生应给予警告，只允许考生有一次起跑犯规而不被取消资格，之后同一组的一名或多名考生每次起跑犯规，均将被取消该单项的比赛资格。
3. 原地推铅球、立定跳远两个项目的考试，每名考生均有 2 次试投试跳机会，计取最好成绩换算成得分。
4. 原地推铅球项目所使用的铅球重量，男子为 5 千克，女子为 4 千克。

三、评分标准

分值 (分)	100 米成绩(秒)		铅球成绩(米)		立定跳远成绩(米)	
	男	女	男	女	男	女
100	11.46	12.84	12.3	9.9	2.9	2.42
99	11.50	12.94	12.15	9.7	2.88	2.4
98	11.54	13.04	12.1	9.6	2.86	2.39
97	11.59	13.14	11.89	9.5	2.84	2.38
96	11.64	13.24	11.78	9.4	2.83	2.37
95	11.69	13.34	11.67	9.3	2.81	2.36
94	11.74	13.44	11.56	9.2	2.8	2.35
93	11.79	13.54	11.45	9.1	2.79	2.33

注：请校考考生务必加入我校专升本校考群：1047142741

92	11.84	13.64	11.34	9.0	2.78	2.32
91	11.89	13.74	11.23	8.9	2.77	2.31
90	11.94	13.84	11.12	8.8	2.75	2.3
89	11.99	13.94	11.02	8.71	2.74	2.29
88	12.04	14.04	10.92	8.62	2.73	2.27
87	12.09	14.14	10.82	8.53	2.71	2.26
86	12.14	14.24	10.72	8.44	2.7	2.25
85	12.19	14.34	10.62	8.35	2.69	2.24
84	12.23	14.44	10.52	8.26	2.68	2.22
83	12.28	14.54	10.42	8.17	2.66	2.21
82	12.32	14.64	10.32	8.08	2.65	2.2
81	12.37	14.74	10.22	7.99	2.64	2.19
80	12.41	14.84	10.12	7.9	2.62	2.17
79	12.46	14.94	10.02	7.81	2.61	2.16
78	12.50	15.04	9.92	7.72	2.6	2.15
77	12.55	15.14	9.82	7.63	2.59	2.14
76	12.59	15.24	9.72	7.54	2.57	2.12
75	12.64	15.34	9.61	7.45	2.56	2.11
74	12.68	15.44	9.5	7.36	2.55	2.1
73	12.73	15.54	9.4	7.27	2.54	2.09
72	12.77	15.64	9.3	7.18	2.52	2.07
71	12.82	15.74	9.2	7.09	2.51	2.06
70	12.86	15.84	9.1	7.0	2.5	2.05
69	12.91	15.94	9.0	6.9	2.48	2.03
68	12.95	16.04	8.9	6.8	2.47	2.02
67	13.00	16.14	8.8	6.7	2.46	2.01
66	13.04	16.24	8.7	6.6	2.45	2.0
65	13.09	16.34	8.59	6.51	2.43	1.98
64	13.14	16.44	8.48	6.42	2.42	1.97

注：请校考考生务必加入我校专升本校考群：1047142741

63	13.19	16.54	8.37	6.33	2.41	1.96
62	13.24	16.64	8.26	6.24	2.39	1.94
61	13.29	16.74	8.15	6.15	2.38	1.93
60	13.34	16.84	8.05	6.05	2.37	1.92
59	13.39	16.94	7.94	5.95	2.35	1.90
58	13.44	17.04	7.84	5.86	2.34	1.89
57	13.48	17.14	7.73	5.76	2.33	1.87
56	13.53	17.24	7.62	5.67	2.32	1.86
55	13.58	17.34	7.52	5.58	2.30	1.85
54	13.63	17.44	7.41	5.48	2.29	1.83
53	13.68	17.54	7.30	5.39	2.28	1.82
52	13.73	17.64	7.20	5.29	2.26	1.81
51	13.78	17.74	7.09	5.20	2.25	1.79
50	13.83	17.84	6.98	5.10	2.24	1.78
49	13.88	17.94	6.88	5.01	2.22	1.76
48	13.92	18.04	6.77	4.92	2.21	1.75
47	13.97	18.14	6.66	4.82	2.20	1.74
46	14.02	18.24	6.56	4.73	2.18	1.72
45	14.07	18.34	6.45	4.63	2.17	1.71
44	14.12	18.44	6.34	4.54	2.16	1.70
43	14.17	18.54	6.24	4.44	2.15	1.68
42	14.22	18.64	6.13	4.35	2.13	1.67
41	14.27	18.74	6.02	4.26	2.12	1.65
40	14.32	18.84	5.92	4.16	2.11	1.64
39	14.36	18.94	5.81	4.07	2.09	1.63
38	14.41	19.04	5.70	3.97	2.08	1.61
37	14.46	19.14	5.60	3.88	2.07	1.60
36	14.51	19.24	5.49	3.78	2.05	1.59

注：请校考考生务必加入我校专升本校考群：1047142741

35	14.56	19.34	5.38	3.69	2.04	1.57
34	14.61	19.44	5.28	3.60	2.03	1.56
33	14.66	19.54	5.17	3.50	2.02	1.55
32	14.71	19.64	5.06	3.41	2.00	1.53
31	14.76	19.74	4.96	3.31	1.99	1.52
30	14.81	19.84	4.85	3.22	1.98	1.50
29	14.85	19.94	4.74	3.13	1.96	1.49
28	14.90	20.04	4.64	3.03	1.95	1.48
27	14.95	20.14	4.53	2.94	1.94	1.46
26	15.00	20.24	4.42	2.84	1.92	1.45
25	15.05	20.34	4.32	2.75	1.91	1.44
24	15.10	20.44	4.21	2.65	1.90	1.42
23	15.15	20.54	4.10	2.56	1.89	1.41
22	15.20	20.64	4.00	2.47	1.87	1.39
21	15.25	20.74	3.89	2.37	1.86	1.38
20	15.29	20.84	3.78	2.28	1.85	1.37
19	15.34	20.94	3.68	2.18	1.83	1.35
18	15.39	21.04	3.57	2.09	1.82	1.34
17	15.44	21.14	3.46	1.99	1.81	1.33
16	15.49	21.24	3.36	1.90	1.79	1.31
15	15.54	21.34	3.25	1.81	1.78	1.30
14	15.59	21.44	3.14	1.71	1.77	1.28
13	15.64	21.54	3.04	1.62	1.75	1.27
12	15.69	21.64	2.93	1.52	1.74	1.26
11	15.73	21.74	2.82	1.43	1.73	1.24
10	15.78	21.84	2.72	1.33	1.72	1.23
9	15.83	21.94	2.61	1.24	1.70	1.22
8	15.88	22.04	2.50	1.15	1.69	1.20
7	15.93	22.14	2.40	1.05	1.68	1.19

注：请校考考生务必加入我校专升本校考群：1047142741

6	15.98	22.24	2.29	0.96	1.66	1.17
5	16.03	22.34	2.18	0.86	1.65	1.16
4	16.08	22.44	2.08	0.77	1.64	1.15
3	16.13	22.54	1.97	0.67	1.62	1.13
2	16.18	22.64	1.86	0.58	1.61	1.12
1	16.22	22.74	1.76	0.49	1.60	1.11

广州应用科技学院

附件2：

社会体育指导与管理专业 专业科目考试方法与评分标准

一、考试科目：4*10米折返跑

二、4*10米折返跑考试方法、注意事项及评分标准

（一）考试方法

场地为10米长的直线跑道（110米栏起点-100米起点），在跑道的两端各划一条40cm宽区域（S1和S2），将木块（10cm×5cm×5cm）按道次摆放，其中1块放在S2区域，1块放在S1区域，具体见图1。

测试者采用站立式起跑，听到发令后从S1跑向S2，（脚不得踩线）用手将木块拿起后折返，到S1把木块放在S1区域，并快速拿起S1区域木块折返，到S2把木块放入S2，并快速起身折返S1冲刺过线。每人两次机会，取最优成绩，两次犯规成绩为0。

（二）注意事项

测试时有以下任一情况，不计取成绩：1.

出发时抢跑；

2. 折返时脚踩S1或S2线；

3. 折返时木块未放入指定区域，或者木块弹飞出指定区域。



图1 考试场地视图

注：请校考考生务必加入我校专升本校考群：1047142741

(三) 评分标准

男生		女生	
成绩	得分(分)	成绩	得分(分)
10.50	100	11.50	100
11.00	95	12.00	95
11.50	90	12.50	90
12.00	80	13.00	80
12.50	70	13.50	70
13.00	60	14.00	60
13.50	50	14.50	50
14.00	40	15.00	40
14.50	30	15.50	30
15.00	20	16.00	20
15.50	10	16.50	10

附件 3:

运动康复专业 专业科目考试方法与评分标准

一、考试科目：运动康复综合实践实操

二、考试方法及评分标准

考试方法	考核内容四选一	
考核内容	评分标准	分值
骨骼辨识	1、能够准确辨识人体躯干及四肢的骨骼，并能准确描述骨骼的名称（40分） 2、能够准确描述或展示骨骼的位置（40分） 3、能够准确描述骨骼的形态（20分）	100分
关节组成	1、从肩、肘、腕、髋、膝、踝关节中任选一个关节说明组成（40分） 2、能够准确说明该关节的运动形式（40分） 3、能够准确展示该关节的运动形式（20分）	100分
形态评定	1、从头部、肩部、脊柱、骨盆或下肢中选择一个部位，准确描述其当前形态特征。（20分） 2、判断该部位是否存在异常现象，并结合观察依据进行分析说明。（40分） 3、以正确的姿势或排列方式示范该部位的标准形态。（40分）	100分
肌肉及肌力训练	1、请描述五个常见的肌肉的名称（40分） 2、能够准确描述一个肌肉的位置（20分） 3、描述或展示该肌肉的训练方式有哪些（40分）	100分