****

**泉州海事学校**

**专业技能考试实施方案**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 序 | 适用专业 | 报考人数 |
| 1 | 休闲体育服务与管理 | 2 |

**泉州海事学校教务处**

**2020年10月**

**泉州海事学校**

**泉州海事学校关于学业水平考试**

**专业技能考试实施方案**

根据《泉州市教育局关于做好2020年中等职业学校学生专业技能考试工作的通知》（泉教职成〔2020〕2号）精神，为测试我校体育类学生对体育基本技能掌握和应用，提升学生专业技能水平，同时检验我校专业教学水平，我校以教育部2014年颁布的《中等职业学校专业教学标准（试行）》为指导，按《福建省教育厅关于印发福建省高职院校分类考试招生改革实施办法的通知》的要求，组织对中职三年学生进行专业技能测试考核，我校拟组织对18级学生进行专业技能测试，方案拟定如下：

1. **适用专业**

《休闲体育服务与管理》

1. **考核对象**

18级休闲体育服务与管理专业全体学生

**三、考核地点**

泉州海事学校操场

**四、考试人员安排**

监考人员：陈宏京、苏文勇

考评人员：陈宏京、苏文勇

巡考人员：连维琛、吴盛辉

**五、考核时间**

12 月 19 号 8：30-10：00

**六、考核题目和配分**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 项目 | 内容 | 配分 | 考核要求 |
| 体育技能实操 | 100米 | 25分 | ①考试分组分道进行，采用站立式起跑。不采用起跑器，考生可穿钉鞋起跑。②发令枪响后方可起跑，对全组第1次起跑犯规的考生予以警告。全组中出现第2次及以上起跑犯规时，取消犯规者本项考试资格，该项考试成绩计0分。考试中途退场者视为弃权，该项成绩计0分。③起跑后应严格按规定的道次跑到终点，不得抢道。起跑后变更道次跑到终点的，成绩无效。 |
| 800米 | 25分 | ①考试分组分道进行，采用站立式起跑。考生不穿钉鞋，穿胶鞋起跑。②发令枪响后方可起跑，对全组第1次起跑犯规的考生予以警告。全组中出现第2次及以上起跑犯规时，取消犯规者本项考试资格，该项考试成绩计0分。考试中途退场者视为弃权，该项成绩计0分。③起跑后100米应严格按规定的道次，100米后经过弯道抢道切线后可以抢道。若起跑后变更道次跑到终点的，成绩无效。 |
| 立定跳远 | 25分 | ①每位考生有3次试跳机会，以3次试跳中最佳的一次成绩为考试成绩。当主考叫考生姓名和考号时，该考生进行连续3次试跳。考生未到场或因其他自身原因不能参加测试时，视为考生自动放弃试跳，此试跳计0分。测量最小单位为1厘米。②试跳时考生应双脚平行自然站立在起跳线后，身体任何部位不得触线，双脚不得有垫步或连跳动作，两脚开立与肩同宽成半蹲，上体前倾，两臂在体后成预备姿势。两腿用力蹬伸，充分伸直髋、膝、踝三个关节，同时两臂迅速前摆，身体向前上方跳出，并充分展体，在人体最高点时迅速收腹举腿，同时两臂屈臂用力后摆，小腿尽可能地前伸，然后脚跟先着地迅速过渡到前脚掌，并屈膝缓冲双脚落地。动作完成后应向前走出测试场地，测试时不得穿钉鞋或足球鞋。 |
| 原地正面双手头上前抛实心球 | 25分 | ①考生站立在铅球投掷圈内，从静止姿势开始，采用原地正面双手头上前抛实心球。两脚可以左右或前后开立，但两脚不得移动或垫步动作，双手持球高举于头顶，手腕后屈，抖腕将球抛出。不允许使用手套，球抛出后身体任何部位不得触及投掷圈外限制线前地面或抵趾板上平面。待球落地后可离开投掷圈，并必须从投掷圈限制线后半部退出场地。②每人连续试抛3次，以3次试投中最佳的一次成绩为考试成绩。测量成绩时，通过投掷圈圆心，测量实心球着地后沿至投掷圈或抵趾板内沿的距离。测量最小单位为1厘米。 |
| 总分 | 100分 |

1. **测试方法**

1. 考生100米、800米两项分别进行测试，两项测试之间的时间间隔不少于1小时；实心球重量为2千克，男女使用相同规格的实心球。

2. 径赛项目测试采用一次性比赛，记取成绩换算成得分。记取成绩采用电动计时或手计时。采用手计时，每道必须由三名计时员记取成绩，所计成绩的中间值或相同值为最终成绩。

3. 径赛项目测试，考生只要起跑犯规均将被取消该项目的考试资格。

**八、考试材料准备**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 序号 | 名称 | 数量 |
| 1 | 哨子 | 1 |
| 2 | 秒表 | 1 |
| 3 | 铅球 | 1 |
| 4 | 皮尺 | 1 |

**九、注意事项**

1.考生带好准考证学生证或身份证等有效证件提前十分钟入场，按考号入座。

2.考试过程中，监考老师督促考生严格遵守疫情防控要求及安全操作规程，正确使用和维护考试机械设备，确保人身及设备安全。

3.考试结束后，考生及时整理考场环境卫生，保持考试场所整洁。

**十、体育专业技能考核评定方法**

本次专业技能考核成绩采用百分制：

60以下为不合格。

60分（含60分）—75分为合格。

75分（含 75分）—90分为良好。

90分（含 90分）以上为优秀。

技能考核不合格的需进行补考。

泉州海事学校

2020年10月