

湖北经济学院高水平运动队田径项目测试细则

一、专业测试项目

1. 男子测试项目（根据个人报考项目安排测试项目）：100 米，200 米，400 米，800 米，1500 米，5000 米，10000 米，110 米栏，400 米栏，跳高，跳远，三级跳远，铅球，铁饼，标枪，全能（100 米+跳高或铅球），10000 米竞走(场地)。
2. 女子测试项目（根据个人报考项目安排测试项目）：100 米，200 米，400 米，800 米，1500 米，3000 米，5000 米，100 米栏，400 米栏，跳高，跳远，三级跳远，铅球，铁饼，标枪，全能（200 米+跳高或铅球），5000 米竞走(场地)。

二、测试方法与要求

1. 考生应于测试指定地点报到，熟知自己的测试地点与测试时间。
2. 考生须到检录处参加检录。凡在检录处三次点名不到者，按弃权处理。
3. 参加径赛项目测试的考生，起跑时若出现第二次犯规，则取消本人该项目的测试资格。
4. 男子跳高起跳高度为 1.65 米，在 1.80 米之前每次升高 5 公分，1.80 米之后，每次升高 3 公分。女子跳高起跳高度 1.40 米，在 1.50 米之前每次升高 5 公分，1.50 米之后每次升高 3 公分。
5. 凡参加径赛项目男、女 100 米、200 米、400 米、100 米栏、110 米栏测试的考生，均有二次测试机会。凡参加田赛远度项目测试的考生，每人测试三次机会。所有项目均取测试中最好成绩为最终成绩。
6. 在检录和测试过程中，凡经查实考生有冒名顶替、弄虚作假等违反测试纪律之行为的，没收测试者的相关证件，取消测试资格、测试成绩，并追究直接和相关的责任人的责任。
7. 径赛项目则以裁判员人工计时的成绩为准。田赛远度项目则以人工测量的成绩为准。
8. 考生必须对本人的测试成绩签字确认，测试成绩方为有效。

9. 除上述细则规定外，测试执行国家体育总局最新颁布的《田径竞赛规则》。

三、附加测试项目及要求

女生：

1、实心球

(1) 考生双脚前后或平行站立于起掷线后，双手持球于头上，双手同时用力将球经头上方向落地区方向掷出。

(2) 在掷球过程中，出现单手掷球，判为犯规。

(3) 双脚必须经静止站立后方可掷球，不可在走动或跑动中直接掷球。掷球前双脚不可离地或在地面滑动。实心球出手时，双脚可离地交换。

(4) 掷球过程中，身体任何部位不可触及起掷线或起掷线前方地面。

(5) 掷球后，向后离开投掷区，身体任何部位触及起掷线或起掷线前方地面离开投掷区，均被判为犯规。

(6) 考试时，每人有3轮次试掷机会，以其中最佳一次有效成绩为考试成绩。

2、立定跳远

(1) 考生在起跳线后起跳，两脚自然开立，静止起跳，不允许踩线，起跳时不允许助跑、垫跳(在起跳标志线后最好固定一根显眼起跳限制线)

(2) 监考人员在考生落地后，必须每次用米尺指示，如有变动，应指示较原来远的地方后平行移动到边缘，不影响学生进行后继轮次试跳。

(3) 测试共进行三次，记录三次中最佳成绩为最终成绩。三次犯规者，可再补跳一次。(注：如在跳后落地时没站稳，出现向后退，退至什么地方站稳时，成绩应算站稳后的成绩。)

男生：

1、引体向上

(1) 受试者应双手正握单杠，待身体静止后开始测试。

(2) 引体向上时，身体不得做大的摆动，也不得借助其他附加动作撑起。

(3) 两次引体向上的间隔时间超过 10 秒停止测试。

2、立定跳远

(1) 考生在起跳线后起跳，两脚自然开立，静止起跳，不允许踩线，起跳时不允许助跑、垫跳(在起跳标志线后最好固定一根显眼起跳限制线)

(2) 监考人员在考生落地后，必须每次用米尺指示，如有变动，应指示较原来远的地方后平行移动到边缘，不影响学生进行后继轮次试跳。

(3) 测试共进行三次，记录三次中最佳成绩为最终成绩。三次犯规者，可再补跳一次。(注：如在跳后落脚地时没站稳，出现向后退，退至什么地方站稳时，成绩应算站稳后的成绩。)

注：身体素质测试成绩作为录取的参考数据，根据各单项要求由专家组综合评定提出意见。