

# 2025 年上海市格致中学招收市级优秀体育学生资格确认 工作方案

一直以来，格致中学秉持“人人皆可资优”的培养理念，开展促进学生多元而又特色发展的研究与实践，取得了显著的成效。近年来，我校女子排球队连续在市运动会等赛场上取得优异的成绩、在全国青少年比赛中崭露头角。学校从上世纪八十年代开始，尝试了一系列的改革和探索，进行了体教结合的试点，聘请了专家团队对学校运动队进行技战术方面的强化指导，既拓宽了我校指导老师的带训思路，又提升了教学训练的能力和训练的效果。

为壮大学校学生体育运动队的力量，加强排球队伍建设，培养优秀运动人才，扩大体育“一条龙”建设的辐射效应，特招收具有排球（女子）特长的初三应届毕业生。

## 一、招生项目

排球（女子）

## 二、招生计划

排球（女）：4 人，主招主攻、接应、二传、副攻、自由人等。

## 三、报名条件

具有 2025 年本市高中阶段学校招生(以下简称“中招”)报名资格完成报名且具备以下条件之一的学生，可填写《2025 年上海市高

中阶段学校市级优秀体育学生资格确认报名表》(以下简称《报名表》，见附件 1)，并经毕业学校公示 5 个工作日。

(一) 自 2022 年 9 月 1 日起获得市教育、体育行政部门认可，并与招生学校项目对口的市级及以上体育比赛集体项目前 6 名的主力队员或个人项目前 5 名的学生(《2025 年上海市市级优秀体育学生市级体育赛事认定目录》，见附件 2)。

(二) 自 2022 年 9 月 1 日起获得本市由各区教育、体育行政部门举办并与招生学校项目对口的区级体育比赛集体项目第 1 名的主力队员或个人项目第 1 名的学生(须填写《2025 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生区级体育赛事认定表》，见附件 3)，并经毕业学校报区教育、体育行政部门同意。

#### 四、报名办法

(一) 填写《报名表》的学生须将《报名表》、公示证明及相关成绩证明材料(奖状、证书或成绩册与秩序册等复印件，获得区级赛事相关成绩的须另外提交《认定表》)在 4 月 8 日(星期二)下午 16:00 前寄至广西北路 66 号，体育组林老师收，电话 63510228—8091，并登录上海市格致中学官网“招生招聘”栏目上传相关材料(<https://gezhi.hpe.cn/>)。

(二) 收到报名材料后，我校将对相关学生是否符合报名要求进行审核，并电话通知不符合报名要求的学生进行材料补交等事宜。

## 五、组织领导

学校将依据上级主管部门的要求成立优秀体育学生招生领导小组和工作小组，分别由校长、副校长、科室主任和相关人员组成。同时将按上级主管部门要求成立资格确认评审专家工作小组。

## 六、资格确认的组织与要求

(一) 资格确认时间：2025年4月13日下午13点30分

(二) 资格确认地点

上海市格致中学黄浦校区（广西北路66号）

(三) 资格确认组织与要求

1. 报到时间与地点：学校将依据上级主管部门要求对符合资格确认的考生进行逐一通知。

2. 报到要求：学生携带电子学生证（或其它能证明身份的有效证件）、携带经初中学校审核确认的《2025年上海市高中阶段学校招生考试报名信息确认表》（学校盖章的复印件同样有效）、《报名表》、取得过相关竞赛名次的秩序册、成绩册原件，证明体育专业技能水平等级的相关材料原件进行报到（检录）。

3. 测试分组：视考生人数和位置而定。

4. 测试顺序及开始时间：根据考生姓氏拼音排序进行测试；先身体素质测试，后专项技能测试。

5. 测试场地布置：工作人员根据考核项目合理布置相应测试场

地。

## 6. 测试人员及分工

(1) 专家及分工：根据工作小组分工。

(2) 工作人员及分工：

身体素质测试各测试点至少安排 3 位工作人员；

专项技能测试安排 2 位检录员、2 位引导员、至少 3 位资格评审专家和评审组员。

## 7. 测试用具准备：硬排（5 号球）、标尺、秒表、饮料瓶

## 8. 其它要求：

(1) 考生着装要求：考生必须身着相应体育技能项目的运动服和运动鞋，测试全程不戴口罩、不得带帽子、不得佩戴任何首饰、不得浓妆，女生束发。

(2) 考区卫生要求：在所属卫生健康部门指导下，对考试场所、通道、区域、器材等进行卫生消毒。

(3) 携带手机要求：考生禁止携带手机进入测试场地。

(4) 录像监控要求：测试时，考生必须全程在镜头范围之内，拍摄过程中不得以任何理由离开拍摄范围，不得以任何方式遮挡镜头。录制时确保视频的清晰度以及视频播放的流畅性，不得采用任何视频编辑手段美化处理画面。

(5) 场地封闭要求：无关人员不得进入测试场地或在场地周围

聚集，测试环境依据要求区域相对封闭。

(6) 出入证件要求：在资格确认环节，考生须出示电子学生证（或其它能证明身份的有效证件）、经初中学校审核确认的《2025年上海市高中阶段学校招生考试报名信息确认表》（学校盖章的复印件同样有效），证件不齐备者不得参与测试。

#### (四) 资格确认内容、方法与标准

类别	专项素质 (按位置选择项目)		专项技术 (三项按位置选择项目)			实战 (视情况进行)
考核 指标	助跑摸高 (主攻、 副攻、接 应二传)	半米字型移动 (二传、自由 人)	扣球 (主攻、副 攻、接应二 传)	移动传球 (二传)	移动垫球 (自由 人)	比赛
分值 占比	30%		30%			40%

#### 1. 定量评价 (60%)

##### (1) 专项素质 (30%)

##### ①助跑摸高 (主攻、副攻、接应、二传)

测试要求：考生助跑双脚起跳摸高，单手触摸电子摸高器或有固定标尺的高物，记录绝对高度。每人测试2次，取最好成绩（精确到厘米）。

评价标准：见附件4。

##### ②半米字形移动 (二传、自由人)

测验器材：秒表、6个饮料瓶分别摆放O、A、B、C、D、E、各点。

测试场地：排球场端线的中点O到进攻线中点的交点C、进攻线与两

条边线的交点 B、D，连线成半米字形。见下图。

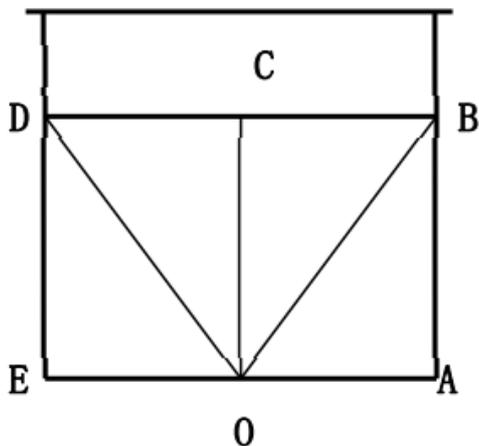


图 1 半“米”字移动场地图

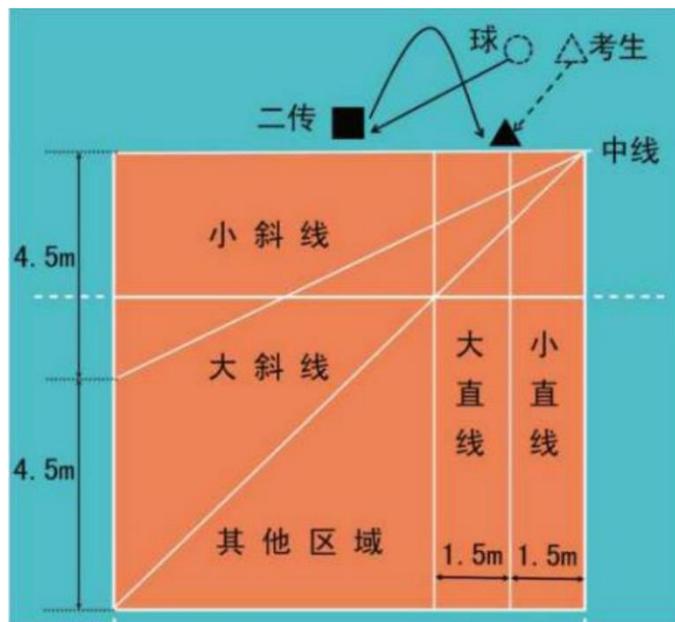
测试要求：考生推倒 O 点饮料瓶启动计时，按 OA—OB—OC—OD—OE 的顺序进行依次往返，最后推倒 O 点饮料瓶停表计算成绩，饮料瓶未推倒可返回重推。每人测一次，如犯规补测第二次，第二次犯规者以该项目测验的最低成绩计算。

评价标准：见附件 5。

## (2) 专项技术 (30%)

### ① 扣球 (主攻、副攻、接应二传)

测试要求：考生 3 人一组，依次轮流扣考评员从网前二传位置的抛球。每名考生先扣 5 次直线，再扣 5 次斜线，共扣球 10 次，根据落点区域的不同获得相应的分数，累计 10 次扣球得分为最终成绩。扣球位置 (二或四号位) 考生可自行选定 (网高 224 厘米)。如下图所示。



评价标准：见附件 5。

### ② 调整传球（二传）

测试要求：考生在 4 号位或 2 号位，手触标志杆以内球网，考评员在抛球区将球抛至 4 号位或 2 号位后场（进攻线后）大三角区外，球出手后，运动员开始移动传调整球，将球传向为 2 号位或 4 号位。考评员抛球 2、4 号区各 5 次，共 10 次；考生每完成一次传球后，必须回到原位置站稳，同时手触标志杆以内球网，待考评员抛球出手后再传一个球。

评价标准：见附件 6。

### ③ 移动垫球（自由人）

测试要求：考评员在对面场地离中线 4.5 米处发球，将球发在后场（进攻线后）三角区外。左一个，右一个，共发 10 个球；考生

站在三角区内，待考评员球出手后，运动员开始移动垫球，将球垫至二传插上位置（2、3号位之间）。考生每完成一次垫球后回到三角区内站稳，待考评员发球出手后再移动垫下一个球。考评员发球落在三角区内或界外，队员可以不接。

评价标准：见附件6。

## 2. 定性评价（40%）

比赛（按实际情况决定是否进行）

测试要求：视考生人数分队进行比赛（可由考评员向两边抛球进行）。

评价标准：见附件7。

## 七、资格确认结果公示

资格确认将按招生规模的2倍择优通过（学生人数不足招生规模2倍的，如数通过），通过学生名单将在规定时间内在学校官网（<https://gezhi.hpe.cn/>）公示5个工作日，并上报上级行政部门审核确认。

## 八、应急预案

为保证测试工作的顺利进行，确保参加测试学生的人身安全，避免在测试过程中发生意外伤害事故，提高对突发事件的应急处理能力，结合我校实际，特制定应急方案。

测试前，依据各类体育设施的安全标准，体育组必须对用于市级

优秀体育学生测试的体育场地、器械，如球网、地板等进行一次彻底的检查和维修。对于不符合安全标准的要采取措施。以保证测试场馆及器材的安全性。

如遇测试人数较多，测试人员进校后，将由专人引领按批次前往测试地点，未轮到者在相应场所候场，避免测试场地拥堵。

## 九、监督保障

（一）招收市级优秀体育学生的全过程接受学校有关部门的监督，并主动接受社会各界监督。

（二）实行责任制和责任追究制。对违反规定的工作人员，要严肃查处；凡通过弄虚作假等欺骗手段报考或录取的考生，一经发现，取消当年报考录取资格。

校级监督电话：63510228-1102

区级监督电话：33134800 转中学教育科

上海市格致中学

2025年3月17日

**附件：**

1. 2025 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生资格确认报名表
2. 2025 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生市级体育赛事认定目录
3. 2025 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生区级体育赛事认定表
4. “助跑摸高”评价标准
5. “半米字形移动、扣球”评价标准
6. “调整传球、移动垫球”评价标准
7. “定性评价-比赛”评价标准

# 附件 1

## 2025 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生资格确认报名表

学生所在区: \_\_\_\_\_ 毕业学校: \_\_\_\_\_ 学生报名号: \_\_\_\_\_

姓名		性别		身高		体重		出生日期	年 月 日
训练项目		专项		是否已在国家体育总局注册			注册号		
家庭地址				电话				邮编	
报名学校				身份证号				上海学籍号	
个人特点 运动经历									
主要 比赛 成绩	竞赛名称			时间	地点	取得成绩 (名次)			证明人或推荐人
									年 月 日
毕业学校 意见	已公示 5 个工作日, 同意该生报名。 签字 (盖章): 年 月 日			招生学校 意见	已公示 5 个工作日, 同意该生通过资格确认。 签字 (盖章): 年 月 日				
区青少年体育工作 联席会议办公室 (体 教融合办公室) 意见	签字 (盖章): 年 月 日			市青少年体育工作 联席会议办公室意见	签字 (盖章): 年 月 日				

注: 本表一式六份, 由市、区教育、体育行政部门、区招考机构、招生学校各留一份。比赛成绩证明须另附页。若报名两所学校, 须填写两张报名表。

## 附件 2

2025 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生市级  
体育赛事认定目录

序号	项目	市级比赛名称
1	足球	上海市校园足球联盟联赛(中小学组)
2		上海市青少年校园足球精英赛(中小学组)
3		2024 上海市学生运动会足球比赛(中小学组)
4		上海市青少年校园足球夏令营最佳阵容选拔(2023 年)
5		上海市青少年足球锦标赛 上海市第十七届运动会足球比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年足球锦标赛
6		上海市青少年足球俱乐部联赛
7	篮球	上海市中小學生籃球聯賽(初中組)
8		上海市中小學生籃球杯賽(初中組)
9		2024 上海市學生運動會籃球比賽(中小學組)
10		2024 年上海市學生運動會三人籃球比賽(中小學組)
11		上海市青少年籃球錦標賽 上海市第十七屆運動會籃球比賽(青少年組)暨 2022 年上海市青少年籃球錦標賽
12		上海市青少年籃球冠軍賽
13		上海市青少年籃球錦標賽排位賽暨上海市青少年體育精英系列賽籃球比賽第二站 (2023 年) 上海市青少年體育精英系列賽籃球比賽第二站暨上海市青少年籃球錦標賽排位賽 (2024 年)
14		MAGIC3 上海市青少年三對三超級籃球賽(精英組) 上海市第十七屆運動會三人籃球比賽(青少年組)暨 2022 年 MAGIC3 上海市青少年 三對三超級籃球賽(精英組)
15	排球	上海市中小學生排球聯賽(初中組)
16		上海市中小學生排球杯賽(初中組)
17		2024 上海市學生運動會排球比賽(中小學組)
18		2024 上海市學生運動會沙灘排球比賽(中小學組)
19		上海市青少年排球錦標賽 上海市第十七屆運動會排球比賽(青少年組)暨 2022 年上海市青少年排球錦標賽
20		上海市青少年排球錦標賽排位賽暨上海市青少年體育精英系列賽排球比賽第二站 (2023 年) 上海市青少年體育精英系列賽排球比賽第二站暨上海市青少年排球錦標賽排位賽 (2024 年)
21		上海市青少年沙灘排球錦標賽 上海市第十七屆運動會沙灘排球比賽(青少年組)暨 2022 年上海市青少年沙灘排球錦標賽
22	乒乓球	上海市中小學生乒乓球冠軍賽暨上海市中小學生乒乓球錦標賽(初中組)

23		2024 上海市学生运动会乒乓球比赛(中小学组)
24		上海市青少年乒乓球锦标赛 上海市第十七届运动会乒乓球比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年乒乓球锦标赛
25		上海市青少年体育精英系列赛乒乓球比赛第二站
26	羽毛球	上海市中小学生羽毛球锦标赛(初中组)
27		2024 上海市学生运动会羽毛球比赛(中小学组)
28		上海市青少年羽毛球锦标赛 上海市第十七届运动会羽毛球比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年羽毛球锦标赛
29		上海市青少年体育精英系列赛羽毛球比赛第二站
30		上海市中小学生网球锦标赛(初中组)
31	网球	2024 上海市学生运动会网球比赛(中小学组)
32		上海市青少年网球锦标赛 上海市第十七届运动会网球比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年网球锦标赛
33		上海市青少年网球冠军赛暨上海市青少年体育精英系列赛网球比赛第二站(2023 年) 上海市青少年体育精英系列赛网球比赛第二站暨上海市青少年网球冠军赛(2024 年)
34		上海市中学生田径联盟杯赛(初中组)
35	田径	上海市中学生田径冠军赛(初中组)
36		2024 上海市学生运动会田径比赛(中学组)
37		上海市青少年田径锦标赛 上海市第十七届运动会田径比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年田径锦标赛
38		上海市青少年体育精英系列赛田径比赛第二站
39	游泳	上海市中小学生游泳锦标赛(初中组)
40		2024 上海市学生运动会游泳比赛(中小学组)
41		上海市青少年游泳锦标赛 上海市第十七届运动会游泳比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年游泳锦标赛
42		上海市青少年体育精英系列赛游泳比赛第二站
43	武术	上海市中小学生武术套路锦标赛(初中组)
44		2024 上海市学生运动会武术套路比赛(中小学组)
45		上海市青少年武术套路锦标赛 上海市第十七届运动会武术套路比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年武术套路锦标赛
46		上海市青少年武术散打锦标赛 上海市第十七届运动会武术散打比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年武术散打锦标赛
47	冰雪	上海市中小学生冰上运动会 (初中组, 冰球、短道速滑、冰壶项目)
48		2024 上海市学生运动会花样滑冰比赛(中小学组)
49		2024 上海市学生运动会冰球比赛(中小学组)
50		2024 上海市学生运动会短道速滑比赛(中小学组)

51		2024 上海市学生运动会冰壶比赛(中小学组)
52		上海市青少年冰球锦标赛 上海市第十七届运动会冰球比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年冰球锦标赛
53		上海市青少年冰壶锦标赛 上海市第十七届运动会冰壶比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年冰壶锦标赛
54		上海市青少年花样滑冰锦标赛 上海市第十七届运动会花样滑冰比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年花样滑冰锦标赛
55		上海市青少年短道速滑锦标赛 上海市第十七届运动会短道速滑比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年短道速滑锦标赛
56		上海市中小学生击剑锦标赛(初中组)
57		2024 上海市学生运动会击剑比赛(中小学组)
58		上海市青少年击剑锦标赛 上海市第十七届运动会击剑比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年击剑锦标赛
59	击剑	上海市青少年击剑冠军赛暨上海市青少年体育精英系列赛击剑比赛第二站 (2023 年) 上海市青少年体育精英系列赛击剑比赛第二站暨上海市青少年击剑冠军赛 (2024 年)
60		上海市中小学生射击锦标赛(传统射击)
61		2024 上海市学生运动会射击比赛(中小学组传统射击)
62		上海市青少年射击锦标赛 上海市第十七届运动会射击比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年射击锦标赛
63	射击	上海市青少年射击冠军赛(2023 年) 上海市青少年体育精英系列赛射击比赛第二站暨上海市青少年射击冠军赛 (2024 年)
64		上海市中小学生射箭锦标赛(初中组)
65		2024 上海市学生运动会射箭比赛(中小学组)
66		上海市青少年射箭锦标赛 上海市第十七届运动会射箭比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年射箭锦标赛
67	射箭	上海市青少年射箭冠军赛暨上海市青少年体育精英系列赛 射箭比赛第二站(2023 年) 上海市青少年体育精英系列赛射箭比赛第二站暨上海市青少年射箭冠军赛 (2024 年)
68		上海市中小学生健美操锦标赛(初中组, 竞技健美操、有氧舞蹈、啦啦操(花球))
69	健美操	2024 上海市学生运动会健美操(啦啦操)比赛(中小学组) (竞技健美操、有氧舞蹈、啦啦操(花球))
70		2024 上海市学生运动会棒垒球比赛(中小学组)
71	棒垒球	上海市青少年棒球锦标赛 上海市第十七届运动会棒球比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年棒球锦标赛

72		上海市青少年垒球锦标赛 上海市第十七届运动会垒球比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年垒球锦标赛
73		2024 上海市学生运动会水上运动比赛(中小学组赛艇)
74	赛艇	上海市青少年赛艇锦标赛 上海市第十七届运动会赛艇比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年赛艇锦标赛
75		上海市青少年赛艇冠军赛暨上海市青少年体育精英系列赛赛艇比赛第二站 (2023 年) 上海市青少年体育精英系列赛赛艇比赛第二站暨上海市青少年赛艇冠军赛 (2024 年)
76		上海市中小学生跳绳锦标赛(初中组)
77	跳绳	2024 上海市学生运动会跳绳比赛(中小学组)
78		2024 上海市学生运动会水上运动比赛(中小学组帆船)
79	帆船	上海市青少年帆船锦标赛 上海市第十七届运动会帆船比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年帆船锦标赛
80		上海市青少年帆船冠军赛暨上海市青少年体育精英系列赛帆船比赛第二站 (2023 年) 上海市青少年体育精英系列赛帆船比赛第二站暨上海市青少年帆船冠军赛 (2024 年)
81		2024 上海市学生运动会水上运动比赛(中小学组帆板)
82	帆板	上海市青少年帆板锦标赛 上海市第十七届运动会帆板比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年帆板锦标赛
83		上海市青少年帆板冠军赛暨上海市青少年体育精英系列赛帆板比赛第二站 (2023 年) 上海市青少年体育精英系列赛帆板比赛第二站暨上海市青少年帆板冠军赛 (2024 年)
84		上海市学生攀岩锦标赛(中小学组)
85	攀岩	2024 上海市学生运动会攀岩比赛(中小学组)
86		上海市攀岩锦标赛 上海市第十七届运动会攀岩比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年攀岩锦标赛
87		上海市青年攀岩锦标赛(2023 年)

注:

1. 以上认定目录中所列的市级体育比赛的主办单位须为市教育、体育行政部门。
2. 国家级及以上赛事包括全国运动会、全国学生(青年)运动会及教育部或体育总局主办的其他相关项目单项锦标赛等。

附件 3

## 2025 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生 区 级 体 育 赛 事 认 定 表

学校名称			学籍号	
姓名		性别	身份证号	
比赛名称				
比赛时间			比赛地点	
获奖名次 及成绩				
学校 审核意见	签字（盖章）：  年 月 日			
区教育局 行政部门 审核意见	签字（盖章）：  年 月 日		区体育 行政部门 审核意见	签字（盖 章）：  年 月 日

## 附件 4

## “ 助 跑 摸 高 ” 评 价 标 准

分值	成绩 (米)	分值	成绩 (米)	分值	成绩 (米)
	女子		女子		女子
30.00	2.95	20.40	2.71	10.80	2.47
29.60	2.94	20.00	2.70	10.40	2.46
29.20	2.93	19.60	2.69	10.00	2.45
28.80	2.92	19.20	2.68	9.60	2.44
28.40	2.91	18.80	2.67	9.20	2.43
28.00	2.90	18.40	2.66	8.80	2.42
27.60	2.89	18.00	2.65	8.40	2.41
27.20	2.88	17.60	2.64	8.00	2.40
26.80	2.87	17.20	2.63	7.60	2.39
26.40	2.86	16.80	2.62	7.20	2.38
26.00	2.85	16.40	2.61	6.80	2.37
25.60	2.84	16.00	2.60	6.40	2.36
25.20	2.83	15.60	2.59	6.00	2.35
24.80	2.82	15.20	2.58	5.60	2.34
24.40	2.81	14.80	2.57	5.20	2.33
24.00	2.80	14.40	2.56	4.80	2.32
23.60	2.79	14.00	2.55	4.40	2.31
23.20	2.78	13.60	2.54	4.00	2.30
22.80	2.77	13.20	2.53	3.60	2.29
22.40	2.76	12.80	2.52	3.20	2.28
22.00	2.75	12.40	2.51	2.80	2.27
21.60	2.74	12.00	2.50	2.40	2.26
21.20	2.73	11.60	2.49	2.00	2.25
20.80	2.72	11.20	2.48		

注：高于 295 厘米=30 分。

## 附件 5

### “ 半 米 字 形 移 动 ” 评 价 标 准

评价标准：

序 号	项 目	分 值						
		30	26	22	18	14	10	6
1	半米字形移动 (秒)	15.60	16.4	17.20	18.00	18.80	19.60	20.40

注：用时少于等于 15.60 秒为最高分 30 分；用时多于 20.40 秒得 6 分。

### “ 扣 球 ” 评 价 标 准

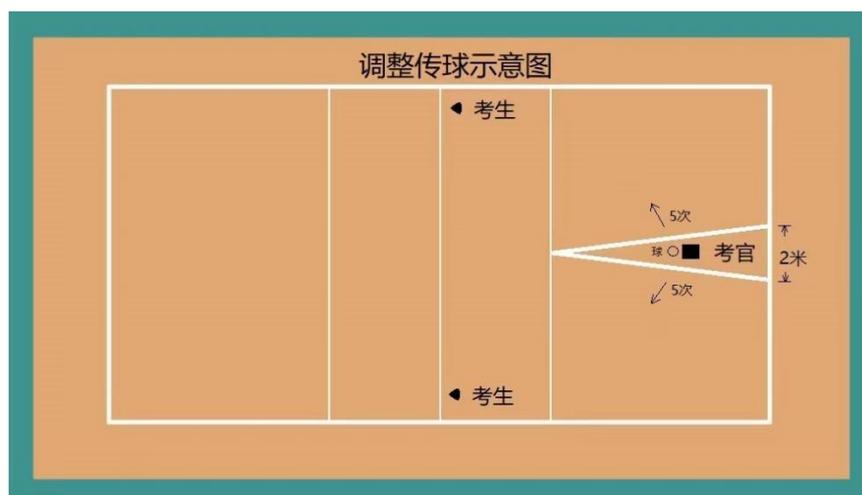
评价标准：扣球技术动作必须完整。搓吊球技术（引臂和挥臂击球动作中，肘关节未高于肩）和击出球呈抛物线飞行，属于犯规技术，不得分。直线扣球评分：扣球落点在 1.5 米小直线区内，得 3 分；扣球落点在 1.5 米大直线区内，得 2 分；扣球落点在场内直线区以外的其它区域，得 1 分；扣球失误或犯规技术，得 0 分。斜线扣球评分：扣球落点在小斜线区内，得 3 分；扣球落点在大斜线区内，得 2 分；扣球落点在场内斜线区以外的其它区域，得 1 分；扣球失误或犯规技术，得 0 分。

## 附件 6

### “调整传球”评价标准

评价标准：每次传球到位得 3 分；每次传球半到位得 2 分；每次传球不到位得 1 分，传球至对方场地得 0 分。

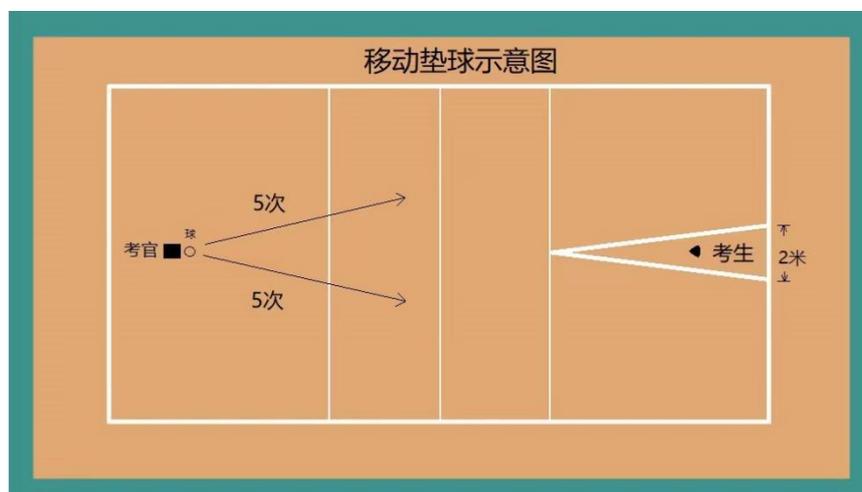
测试场地示意图：



### “移动垫球”评价标准

评价标准：每次垫球到位得 3 分；每次垫球半到位得 2 分；每次垫球不到位得 1 分；每次没垫到球得 0 分。

测试场地示意图：



## 附件 7

# “ 比 赛 ” 评 价 标 准

评价标准：考评员参照实战能力评分细则（下表），独立对考生的技术动作规范、协调程度，运用效果，战术意识以及个人实战能力等方面进行综合评定。采用百分制评分。

折算 40%分值见下表。

等级	评价标准
优秀（35-40）	技术动作规范协调，运用效果良好； 战术意识及个人实战能力很强。
良好（25-34）	技术动作较规范协调，运用效果良好； 战术意识及个人实战能力较强。
中（20-24）	技术动作规范程度、协调性及运用效果一般； 战术意识及个人实战能力一般。
差（0-19）	技术动作规范程度、协调性及运用效果较差； 战术意识及个人实战能力较差。