

# 2026 年上海市青浦高级中学招收市级优秀体育学生 资格确认工作方案

为全面贯彻国家和本市关于加强新时代体教融合和学校体育工作有关精神，进一步深化本市学校体育工作改革发展，按照《上海市教育委员会上海市体育局关于做好 2026 年本市高中阶段学校招收优秀体育学生工作的通知》（沪教委体〔2026〕5 号）要求，根据 2026 年本市高中阶段学校招生考试总体安排，特制订本方案。

## 一、招生项目

篮球

## 二、招生计划

5 人（男）

## 三、报名条件

具有 2026 年我市高中阶段学校招生报名资格，或全日制普通中等职业学校自主招收我市初中应届毕业生中来沪人员随迁子女（以下简称“随迁子女”）报名资格，完成报名且具备以下条件之一的学生，可填写《2026 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 2023 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（《2026 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》，见附件 2）。

（二）自 2023 年 9 月 1 日起获得我市由各区教育、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《2026 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

2026 年报名方式全市统一为线上报名，具体步骤如下：

（一）符合报名条件的学生进行线上报名

1. 登录《上海市学校体育“一条龙”招收培养优秀体育学生信息管理系统》（<https://tiyuyitiaolong.secsa.cn/student>）；

2. 填报网页内的个人信息、训练项目、报名信息（操作手册：[https://www.yuque.com/g/zhixinchanpinxiaoluo/yisv0v/fppc65hyiirxy87o/collaborator/join?token=ilrdk4diEupeIblo&source=doc\\_collaborator#](https://www.yuque.com/g/zhixinchanpinxiaoluo/yisv0v/fppc65hyiirxy87o/collaborator/join?token=ilrdk4diEupeIblo&source=doc_collaborator#)），完成填报并提交；

3. 导出《资格确认报名表》，打印后书面提交就读初中。就读初中进行材料信息审核无误，集中公示 5 个工作日后进行盖章确认。学生将已盖章的《资格确认报名表》拍照后上传提交至系统，完成报名。

（二）收到线上报名材料后，我校将对相关学生材料进行审核，并于 4 月 6 日（星期日）前通知学生线下资格确认事宜，并通知不符合报名要求的学生补交材料（学生关注信息管理系统是否通过审核）。

#### 五、组织领导

（一）优秀体育学生招生领导小组

组 长： 蒋伟勇

副组长： 张海红 金亮波

（二）优秀体育学生招生工作小组

组 长： 蒋伟勇

副组长： 张海红 金亮波

组 员： 杨松霖 杨志燕 王洪宇 蔡晓云

（三）资格确认评审工作专家小组

校内 3 名、校外 1 名、市级 1 名（1 人由市级专家库随机抽选派）

## 六、资格确认的组织与要求

### （一）专业技能测试时间

4月12日 上午 08:30

### （二）地点

上海市青浦高级中学（青浦区公园东路 1100 号）

### （三）资格确认组织与要求

通过审核的学生均须参加我校组织的现场专业技能测试，未参加现场测试者，视为放弃。

1.4月12日上午 08:00 到青浦高级中学办理报到检录。

#### 2.报到要求：

须携带本人身份证原件。

3.测试顺序：先定量指标项目最后定性指标项目。

#### 4.其它要求：

（1）考生着装要求：穿运动服和运动鞋，且服装上不得出现考生姓名或学校、代表队等名称信息

（2）携带手机要求：测试全程不得使用手机并且手机关机

（3）录像监控要求：测试全程录像

（4）场地封闭要求：家长、带队老师及无关人员不得进入场地

（5）出入证件要求：测试学生凭身份证进入测试场地

## 七、资格确认内容与标准

资格确认内容、方法与标准（详见附件 3）

## 八、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），通过学生名单将考试结束后 2 个工作日，在上海市青浦高级中学公示 5 个工作日。

## 九、应急预案

如因特殊情况原因推迟资格确认测试，将提前通过官网公示、电

话等方式通知到每位参加测试的学生。

如遇测试人数较多，将分批次进行资格确认测试，具体安排将提前通过官网公示、电话通知等方式通知到每位参加测试的学生。

## 十、监督保障

### （一）加强监督检查

学校接受市、区两级教育行政部门和招考机构的指导评估和监督检查。学校强化内部监督和社会监督，严格执行招生利益相关方回避制度，确保优秀体育学生招生相关工作顺利进行。

### （二）落实信息公开

学校加大信息公开力度，全面、及时、准确公布招收优秀体育学生工作相关信息，主动接受社会监督。

### （三）严查违规违纪

学校建立违规招生行为负面清单制度，加大对赛事成绩证书、获奖证书等材料核查力度。对在招生中违规违纪的相关人员给予相应处理，情节严重的依规依纪移送纪检监察部门进行严肃处理。

## 十一、联系人及联系方式

咨询热线：021-69719013

联系人：孙老师

校级监督电话：021-69719058

区级监督电话：021-69713869

本方案最终解释权归上海市青浦高级中学所有。

## 十二、附件

1. 《2026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》
2. 《2026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》
3. 《2026年上海市青浦高级中学招收市级优秀体育学生资格确认项目内容、方法与评分标准》

附件一：2026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（初中组）
2		上海市青少年校园足球夏令营最佳阵容选拔（2023年）
3		上海市青少年校园足球精英赛（初中组；2024年）
4		2024上海市学生运动会足球比赛（中小学组）
5		上海市校园足球联盟杯赛（初中组；2025年）
6		上海市青少年足球锦标赛
7		上海市青少年足球俱乐部联赛（2023年、2024年） 上海市青少年足球联赛（2025年）
8	篮球	上海市中小学生篮球联赛（初中组）
9		上海市中小学生篮球杯赛（初中组）
10		2024上海市学生运动会篮球比赛（中小学组）
11		2024年上海市学生运动会三人篮球比赛（中小学组）
12		上海市青少年篮球锦标赛
13		上海市青少年篮球冠军赛（2023、2024年） 上海市青少年体育精英系列赛篮球比赛第二站 暨上海市青少年篮球冠军赛（2025年）
14		上海市青少年体育精英系列赛篮球比赛第二站 暨上海市青少年篮球锦标赛排位赛（2024年）
15	MAGIC3上海市青少年三对三超级篮球赛（精英组）	
16	排球	上海市中小学生排球联赛（初中组）
17		上海市中小学生排球杯赛（初中组）
18		2024上海市学生运动会排球比赛（中小学组）
19		2024上海市学生运动会沙滩排球比赛（中小学组）
20		上海市青少年排球锦标赛
21		上海市青少年体育精英系列赛排球比赛第二站暨 上海市青少年排球锦标赛排位赛（2024年） 上海市青少年体育精英系列赛排球比赛第二站 暨上海市青少年排球冠军赛（2025年）
22		上海市青少年沙滩排球锦标赛
23	乒乓球	上海市中小学生乒乓球冠军赛 暨上海市中小学生乒乓球锦标赛（初中组）
24		2024上海市学生运动会乒乓球比赛（中小学组）

25		上海市青少年乒乓球锦标赛
26		上海市青少年体育精英系列赛乒乓球比赛第二站
27	羽毛球	上海市中小学生羽毛球锦标赛（初中组）
28		2024 上海市学生运动会羽毛球比赛（中小学组）
29		上海市青少年羽毛球锦标赛
30		上海市青少年体育精英系列赛羽毛球比赛第二站
31		上海市中小学生网球锦标赛（初中组）
32	网球	2024 上海市学生运动会网球比赛（中小学组）
33		上海市青少年网球锦标赛
34		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
35		上海市中学生田径联盟杯赛（初中组）
36	田径	上海市中学生田径冠军赛（初中组；2023 年）
37		2024 上海市学生运动会田径比赛（中学组）
38		上海市中学生田径锦标赛（初中组；25-26 学年）
39		上海市青少年田径锦标赛
40		上海市青少年体育精英系列赛田径比赛第二站（2024 年） 上海市青少年体育精英系列赛田径比赛第二站 暨上海市青少年田径冠军赛（2025 年）
41		游泳
42	2024 上海市学生运动会游泳比赛（中小学组）	
43	上海市青少年游泳锦标赛	
44	上海市青少年体育精英系列赛游泳比赛第二站（2024 年） 上海市青少年体育精英系列赛游泳比赛第二站 暨上海市青少年游泳冠军赛（2025 年）	
45	武术	
46		2024 上海市学生运动会武术套路比赛（中小学组）
47		上海市青少年武术套路锦标赛
48		上海市青少年武术散打锦标赛
49	冰雪	上海市中小学生冰上运动会 （冰球、短道速滑、冰壶项目）（初中组；23-24 学年）
50		2024 上海市学生运动会花样滑冰比赛（中小学组）
51		2024 上海市学生运动会冰球比赛（中小学组）
52		2024 上海市学生运动会短道速滑比赛（中小学组）
53		2024 上海市学生运动会冰壶比赛（中小学组）
54		上海市中小学生冰上运动会——冰壶比赛 （初中组；25-26 学年）

55		上海市中小学生冰上运动会——短道速滑比赛 (初中组; 25-26 学年)
56		上海市中小学生冰上运动会——冰球比赛 (初中组; 25-26 学年)
57		上海市中小学生冰上运动会——花样滑冰比赛 (初中组; 25-26 学年)
58		上海市青少年冰球锦标赛
59		上海市青少年冰壶锦标赛
60		上海市青少年花样滑冰锦标赛
61		上海市青少年短道速滑锦标赛
62		上海市青少年高山滑雪锦标赛(2025 年)
63	击剑	上海市中小学生击剑锦标赛(初中组)
64		2024 上海市学生运动会击剑比赛(中小学组)
65		上海市青少年击剑锦标赛
66		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
67	射击	上海市中小学生射击锦标赛-传统射击(初中组)
68		2024 上海市学生运动会射击比赛(中小学组传统射击)
69		上海市青少年射击锦标赛
70		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
71	射箭	上海市中小学生射箭锦标赛(初中组)
72		2024 上海市学生运动会射箭比赛(中小学组)
73		上海市青少年射箭锦标赛
74		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
75	健美操	上海市中小学生健美操锦标赛 (竞技健美操、有氧舞蹈、啦啦操(花球)); 初中组)
76		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))
77	棒球	2024 上海市学生运动会棒球比赛(中小学组)
78		上海市中学生棒球锦标赛(初中组)
79		上海市青少年棒球锦标赛
80		上海市青少年垒球锦标赛
81	赛艇	2024 上海市学生运动会水上运动比赛(中小学组赛艇)
82		上海市学生水上运动会——赛艇项目(初中组)
83		上海市青少年赛艇锦标赛

84		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
85	跳绳	上海市中小學生跳绳锦标赛（初中组）
86		2024 上海市学生运动会跳绳比赛（中小学组）
87	帆船	2024 上海市学生运动会水上运动比赛（中小学组帆船）
88		上海市学生水上运动会——帆船项目（初中组）
89		上海市青少年帆船锦标赛
90		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
91		2024 上海市学生运动会水上运动比赛（中小学组帆板）
92	帆板	上海市学生水上运动会——帆板项目（初中组）
93		上海市青少年帆板锦标赛
94		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
95		上海市学生攀岩锦标赛（初中组）
96	攀岩	2024 上海市学生运动会攀岩比赛（中小学组）
97		上海市青年攀岩锦标赛（2023 年）
97		上海市攀岩锦标赛（2024 年）
98		上海市青少年攀岩锦标赛（2025 年）

注：

1. 以上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。

附件二：

## 2026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		

## 附件三：篮球专业技能测试评价办法

### （一）测试内容

测试内容	一级指标	二级指标
身体形态 及生理机能	身体形态	身高(cm)
		指距-身高(cm)
	生理机能	肺活量(ml)
专项素质	力量素质	助跑摸高(m)
	耐力素质	5. 8mx6 折返跑(s)
专项技术	进攻基本技术	5.5 米 1min 自投自抢(个)
	进攻组合技术	全场综合运球上篮 (s)
实战比赛	心理素质	比赛情绪、抗压能力
	临场表现	技术运用、战术素养、实战效果

### （二）测试方法及标准

#### 1. 定量评价（50 分）

##### （1）身高（4 分）

测试方法：考生需要赤脚立正姿势站在身高计的底板上，头部须调整到耳屏上缘与眼眶下缘的最低点齐平。

评价标准：

分值 \ 测试指标	1	1.5	3	3.5	4
身高 (cm)	175-177	178-180	181-185	186-190	≥191

##### （2）指距（3 分）

测试要求：考生两臂侧向最大限度地水平伸展，由工作人员对考生两臂水平伸展后两中指指尖点之间的直线距离进行测试。

量，并计算指距-身高（cm）差值。

评价标准：

分值 测试指标	1	1.5	2	2.5	3
指距-身高（cm）	1.0	1.1-1.9	2.0-2.9	3.0-3.9	≥4.0

（3）肺活量（3分）

测试要求：考生站至肺活量测试仪前，手握吹嘴，吸气后向吹嘴内均匀缓慢吐出，中间不可停止吹气，最终成绩由肺活量测试仪显示数值为准。每人可测2次，取最好成绩。

评价标准：

分值 测试指标	1	1.5	2	2.5	3
肺活量（ml）	3999	4000-4499	4500-4999	5000-5499	≥5500

（4）助跑摸高（10分）

测试方法：考生站立于篮球场地，助跑距离5M以内。考生助跑起动沿助跑路线跑至摸高器下，利用单脚或者双脚快速向上起跳，一只手臂上举用指尖触摸摸高器，记录标记高度。触碰不明显的则重测。每人测2次，取最好成绩。

评价标准：

分值 测试指标	1	2	4	6	8	10
助跑摸高(m)	2.95-2.97	2.98-3.01	3.02-3.06	3.07-3.10	3.11-3.14	≥3.15

（5）5.8m×6折返跑（10分）

测试方法：考生在罚球线与底线（5.8m）之间用最快速度

往返 6 次，折返时必须有一脚踩在边线，否则算违例，最后一趟，折回时脚踏到边线停表。起动时不许踩线不许抢跑，每次折返必须有一脚踏到边线，如脚未踏到边线，裁判鸣笛（即该考生成绩增加 1 秒），每人测试一次。

评价标准：

分值 测试指标	1	2	4	6	8	10
5.8m×6 折 返跑 (s)	12.1-12.5	11.6-12s	11.1-11.5s	10.6-11s	10.1-10.5s	≦10.0s

(6) 1 分钟自投自抢 (10 分)

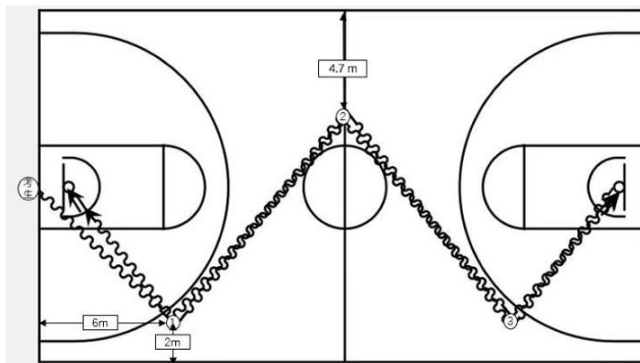
测试方法：考生持球站立于距离篮筐 5.5m 线外任意一点，裁判员发令，考生开始投篮，出手后自己抢篮板球并运球到 5.5m 线外再次做跳起投篮，考生可以在标志线外任意一点上投篮，1 分钟时间到停止投篮，记录考生投篮命中个数。踩线或没跳起，不计进球数。每人测试 1 次，取最好成绩。

评价标准：

分值 测试指标	1	2	4	6	8	10
1 分钟自投自抢(个)	2	3	4	5	6	7

(7) 全场综合运球上篮 (10 分)

测试方法：测试运动员在球场端线中点外出发区持球站立，当其身体任意部位穿过端线外沿的垂直面时开始计时。用右手运球至①处，在①处做右手背后运球，换左手向②处运球，至②处做左手后转身运球，换右手运球至③处，在③处做右手胯下运球后右手上篮。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，换右手向②处运球，在②处用右手后转身运球，换左手向①处运球，在①处做左手胯下运球后左手上篮。球中后做同样的动作再重复一次，最后一次上篮命中后，持球冲出端线，考生身体任意部位穿过端线外沿垂直面时停止计时，记录完成时间。测试运动员在考试时必须任意脚踩到圆圈线或圆圈内地面，方可运球变向，否则视为无效，不予计分；运球上篮时必须投中，若球未投中仍继续带球前进，则视为无效，不予计分。出现违例一次加 2 秒，每人测试 2 次，取最好成绩。线路如图：



评价标准：

测试指标 \ 分值	1	3	6	8	10
全场综合运球上篮 (s)	45.15-43.06	43.05-41.76	41.75-39.56	39.55-37.76	≤37.75

## 2. 定性评价 (50 分)

### (1) 心理素质 (10 分)

测试要求：对考生在测试过程中的情绪反应、抗压能力等

方面进行评价打分。

评价标准：

测试指标 \ 分值	2	4	6	8	10
情绪抗压能力	不能很好控制考试情绪，在逆境时不能做出及时的调整	控制考试情绪能力比较一般，在逆境时调整能力一般	有时能控制考试情绪，有时在逆境时做出及时的调整	能较好的控制考试情绪，在逆境时做出较为及时的调整	能很好的控制考试情绪，在逆境时做出及时的调整

### (2) 临场表现 (40 分)

测试方法：将考生进行随机分组，比赛 10 分钟，对考生在比赛中的技术运用能力、战术素养及实战效果等多方面进行临场表现评价。

评价标准：

测试指标 \ 分值	10	20	30	40
技术运用	不能很好的运用	能运用各项技术	能较好的运用各	能很好的运用各
战术素养	各项技术并战术素养较差	能力一般且战术素养一般	项技术并有较高的战术素养	项技术并有很高的战术素养
实战效果				

评价项目及评分标准依据《中国青少年篮球训练教学大纲》参考制定。