附件：

贵阳幼儿师范高等专科学校

职业适应性测试考试大纲

**（体育教育专业/健身指导与管理专业）**

1. 考试目的

本次考试是为面向全省报考我校体育教育专业和健身指导与管理专业的退役军人、下岗失业人员、农民工、高素质农民、企业员工和基层农技人员等考生组织的职业适应性测试。

二、考试内容

（一）个人简介（限时1分钟）

（二）800米跑

（三）立定三级跳远

三、考试评分

（一）考试评分采取百分制记分。

1.个人简介20分；2.800米跑40分；3.立定三级跳远40分。

（二）评分标准

1. 个人简介评分标准：个人介绍全面、清楚。（20分）
2. 800米评分标准（分秒）（40分）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | | |
| 男子 | | 女子 | | | |
| 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 |
| 2.08 | 40 | 2.32 | 40 | 3.32 | 14.76 |
| 2.09 | 39.41 | 2.33 | 39.54 | 3.33 | 14.34 |
| 2.1 | 38.74 | 2.34 | 39.12 | 3.34 | 13.92 |
| 2.11 | 38.07 | 2.35 | 38.7 | 3.35 | 13.5 |
| 2.12 | 37.4 | 2.36 | 38.28 | 3.36 | 13.08 |
| 2.13 | 36.73 | 2.37 | 37.86 | 3.37 | 12.66 |
| 2.14 | 36.06 | 2.38 | 37.44 | 3.38 | 12.24 |
| 2.15 | 35.39 | 2.39 | 37.02 | 3.39 | 11.82 |
| 2.16 | 34.72 | 2.4 | 36.6 | 3.4 | 11.4 |
| 2.17 | 34.05 | 2.41 | 36.18 | 3.41 | 10.98 |
| 2.18 | 33.38 | 2.42 | 35.76 | 3.42 | 10.56 |
| 2.19 | 32.71 | 2.43 | 35.34 | 3.43 | 10.14 |
| 2.2 | 32.04 | 2.44 | 34.92 | 3.44 | 9.72 |
| 2.21 | 31.37 | 2.45 | 34.5 | 3.45 | 9.3 |
| 2.22 | 30.7 | 2.46 | 34.08 | 3.46 | 8.88 |
| 2.23 | 30.03 | 2.47 | 33.66 | 3.47 | 8.46 |
| 2.24 | 29.36 | 2.48 | 33.24 | 3.48 | 8.04 |
| 2.25 | 28.69 | 2.49 | 32.82 | 3.49 | 7.62 |
| 2.26 | 28.02 | 2.5 | 32.4 | 3.5 | 7.2 |
| 2.27 | 27.35 | 2.51 | 31.98 | 3.51 | 6.78 |
| 2.28 | 26.68 | 2.52 | 31.56 | 3.52 | 6.36 |
| 2.29 | 26.01 | 2.53 | 31.14 | 3.53 | 5.94 |
| 2.3 | 25.34 | 2.54 | 30.72 | 3.54 | 5.52 |
| 2.31 | 24.67 | 2.55 | 30.3 | 3.55 | 5.1 |
| 2.32 | 24 | 2.56 | 29.88 | 3.56 | 4.68 |
| 2.33 | 23.33 | 2.57 | 29.46 |  |  |
| 2.34 | 22.66 | 2.58 | 29.04 |  |  |
| 2.35 | 21.99 | 2.59 | 28.62 |  |  |
| 2.36 | 21.32 | 3 | 28.2 |  |  |
| 2.37 | 20.65 | 3.01 | 27.78 |  |  |
| 2.38 | 19.98 | 3.02 | 27.36 |  |  |
| 2.39 | 19.31 | 3.03 | 26.94 |  |  |
| 2.4 | 18.64 | 3.04 | 26.52 |  |  |
| 2.41 | 17.97 | 3.05 | 26.1 |  |  |
| 2.42 | 17.3 | 3.06 | 25.88 |  |  |
| 2.43 | 16.63 | 3.07 | 25.26 |  |  |
| 2.44 | 15.96 | 3.08 | 24.84 |  |  |
| 2.45 | 15.29 | 3.09 | 24.42 |  |  |
| 2.46 | 14.62 | 3.1 | 24 |  |  |
| 2.47 | 13.59 | 3.11 | 23.58 |  |  |
| 2.48 | 13.28 | 3.12 | 23.16 |  |  |
| 2.49 | 12.61 | 3.13 | 22.74 |  |  |
| 2.5 | 11.94 | 3.14 | 22.32 |  |  |
| 2.51 | 11.27 | 3.15 | 21.9 |  |  |
| 2.52 | 10.6 | 3.16 | 21.48 |  |  |
| 2.53 | 9.93 | 3.17 | 21.06 |  |  |
| 2.54 | 9.26 | 3.18 | 20.64 |  |  |
| 2.55 | 8.59 | 3.19 | 20.22 |  |  |
| 2.56 | 7.92 | 3.2 | 19.8 |  |  |
| 2.57 | 7.25 | 3.21 | 19.38 |  |  |
| 2.58 | 6.58 | 3.22 | 18.96 |  |  |
| 2.59 | 5.91 | 3.23 | 18.54 |  |  |
| 3 | 5.24 | 3.24 | 18.12 |  |  |
| 3.01 | 4.57 | 3.25 | 17.7 |  |  |
| 3.02 | 3.9 | 3.26 | 17.28 |  |  |
| 3.03 | 3.23 | 3.27 | 16.86 |  |  |
| 3.04 | 2.56 | 3.28 | 16.44 |  |  |
| 3.05 | 1.89 | 3.29 | 16.02 |  |  |
| 3.06 | 1.22 | 3.3 | 15.6 |  |  |
| 3.07 | 0.55 | 3.31 | 15.18 |  |  |

3.立定三级跳远评分标准（米）（40分）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 男子 | | 女子 | |
| 成绩 | 分值 | 成绩 | 分值 |
| 8.8 | 40 | 7.5 | 40 |
| 8.75 | 39.5 | 7.45 | 39.39 |
| 8.7 | 38.88 | 7.4 | 38.82 |
| 8.65 | 38.26 | 7.35 | 38025 |
| 8.6 | 37.64 | 7.3 | 37.68 |
| 8.55 | 37.02 | 7.25 | 37.11 |
| 8.5 | 36.4 | 7.2 | 36.54 |
| 8.45 | 35.78 | 7.15 | 35.97 |
| 8.4 | 35.16 | 7.1 | 35.4 |
| 8.35 | 34.54 | 7.05 | 34.83 |
| 8.3 | 33.92 | 7 | 34.26 |
| 8.25 | 33.3 | 6.95 | 33.69 |
| 8.2 | 32.68 | 6.9 | 33.12 |
| 8.15 | 32.06 | 6.85 | 32.55 |
| 8.1 | 31.44 | 6.8 | 31.98 |
| 8.05 | 30.82 | 6.75 | 31.41 |
| 8 | 30.2 | 6.7 | 30.84 |
| 7.95 | 29.58 | 6.65 | 30.27 |
| 7.9 | 28.96 | 6.6 | 29.7 |
| 7.85 | 28.34 | 6.55 | 29.13 |
| 7.8 | 27.72 | 6.5 | 28.56 |
| 7.75 | 27.1 | 6.45 | 27.99 |
| 7.7 | 26.48 | 6.4 | 27.42 |
| 7.65 | 25.86 | 6.35 | 26.85 |
| 7.6 | 25.24 | 6.3 | 26.28 |
| 7.55 | 24.62 | 6.25 | 25.71 |
| 7.5 | 24 | 6.2 | 25.14 |
| 7.45 | 23.38 | 6.15 | 24.57 |
| 7.4 | 22.76 | 6.1 | 24 |
| 7.35 | 22.14 | 6.05 | 23.43 |
| 7.3 | 21.52 | 6 | 22.86 |
| 7.25 | 20.9 | 5.95 | 22.29 |
| 7.2 | 20.28 | 5.9 | 21.72 |
| 7.15 | 19.66 | 5.85 | 21.15 |
| 7.1 | 19.04 | 5.8 | 20.58 |
| 7.05 | 18.42 | 5.75 | 20.01 |
| 7 | 17.8 | 5.7 | 19.44 |
| 6.95 | 17.18 | 5.65 | 18.87 |
| 6.9 | 16.56 | 5.6 | 18.3 |
| 6.85 | 15.94 | 5.55 | 17.73 |
| 6.8 | 15.32 | 5.5 | 17.16 |
| 6.75 | 14.7 | 5.45 | 16.59 |
| 6.7 | 14.08 | 5.4 | 16.02 |
| 6.65 | 13.46 | 5.35 | 15.45 |
| 6.6 | 12.84 | 5.3 | 14.88 |
| 6.55 | 12.22 | 5.25 | 14.31 |
| 6.5 | 11.6 | 5.2 | 13.74 |
| 6.45 | 10.98 | 5.15 | 13.17 |
| 6.4 | 10.36 | 5.1 | 12.6 |
| 6.35 | 9.74 | 5.05 | 12.03 |
| 6.3 | 9.12 | 5 | 11.46 |
| 6.25 | 8.5 | 4.95 | 10.89 |
| 6.2 | 7.88 | 4.9 | 10.32 |
| 6.15 | 7.26 | 4.85 | 9.75 |
| 6.1 | 6.64 | 4.8 | 9.18 |
| 6.05 | 6.02 | 4.75 | 8.61 |
| 6 | 5.4 | 4.7 | 8.04 |
| 5.95 | 4.78 | 4.65 | 7.47 |
| 5.9 | 4.16 | 4.6 | 6.9 |
| 5.85 | 3.54 | 4.55 | 6.33 |
|  |  | 4.5 | 5.76 |
|  |  | 4.45 | 5.19 |
|  |  | 4.4 | 4.62 |
|  |  | 4.35 | 4.05 |
|  |  | 4.3 | 3.48 |

四、考生须知

（一）考生须着运动装、运动鞋，不得穿钉鞋，不得配带首饰等饰品，女生要束发，不按以上要求者不得参加上述项目的考试。

（二）考生在考试前应做好充分的热身准备，防止考试过程中身体受运动性的伤害。

（三）心、肺、肝、肾等重要器官有严重疾病的，不适合参加800m项目激烈运动的考生，不得参加上述项目的考试。

（四）考生进入考点后，须遵守各项规定，服从考官的要求、听从考试工作人员安排、安全、有序、认真完成各项考试。

（五）严禁考生在考试过程中有各种舞弊现象及冒名顶替、弄虚作假等行为。一经发现并经核实成绩为零分处理。