

衢州职业技术学院休闲体育专业 2022 年提前 招生综合素质线上测试方案

根据《衢州职业技术学院 2022 年提前招生章程》制订本细则。

一、组织机构

1. 成立专业综合素质测试工作组。由专业所在的二级学院和相关职能部门的人员组成，二级学院院长任组长，为提前招生专业的第一责任人。工作小组负责制定专业综合素质测试方案等具体组织工作。

2. 成立专业综合素质测试考评专家组。设组长 1 名，成员 5 名，经学院提前招生工作领导小组批准后成立。考评组应遵循公开、公平、公正的原则，按照制定的工作程序负责综合素质测试考评工作。

二、测试目标

主要考察考生基本身体运动素质，从力量素质、速度素质、耐力素质等方面进行考察，了解考生基本运动能力。通过现场面试了解学生普通话水平、语言组织、表达以及反应能力。

三、测试形式与时间

综合素质测试形式：身体素质测试（1 分钟立卧撑）、面试（2 分钟故事编讲表述）

测试时间：2022 年 4 月 16 日（周六）9:30-10:00（9:00 开始候考）。

四、测试地点与组织

因疫情防控要求，本次测试于线上开展。考场由考生自主负责设置，单人单间，要求选择安静整洁、光线适度、网络环境稳定的独立房间，考试期间严禁其他无关人员出入考场。考生持有效身份证提前候考，提前做好线上考试准备工作，准时参加考试。

考生需要准备两台智能手机完成考试，一台为考试主机，一台为监控手机。考试开始前调整好考试主机的视频录制机位（用前置摄像头进行人脸识别和视频录制），在考试结束根据提示将拍摄好的视频按规定上传。

立卧撑部分 9:30 开始考试，1 分钟作答时间截止后系统自动结束主机视频录制，需要手动结束辅机视频录制，考生应根据提示上传主辅机视频。面试开启前必须再次打开辅机视频录制，面试部分 9:50 统一开始考试(进行主机视频录制)，前 3 分钟根据题目给定的三个词语准备考试，后 2 分钟进行故事编讲表述。作答结束后根据系统提示将拍摄好的视频照按规定上传。

五、测试项目

身体素质测试（1 分钟立卧撑）、面试（2 分钟故事编讲表述）。

六、测试方式与评分标准

1. 测试方法：

（1）立卧撑（视频链接地址：

https://jwc.qzct.net/_redirect?siteId=24&columnId=478&articleId=43492），考试站立于

在地面平整、干净的硬质场地，当听到“3-2-1 开始”口令后(开表计时)，迅速成蹲撑，两脚同时后伸膝盖绷直，脚点地后即迅速收腿成蹲撑起立，起立后双脚跳起离地且身体直立(膝关节必须伸直)，两手臂向上伸直在头顶完成一次击掌，为有效完成一次，重复以上动作。每人测试 1 次，

记录 60 秒内完成的有效次数。测试时有下列现象不计数：两腿后伸时，出现塌腰、撅臀、双腿不伸直；还原成直立时，起跳不离地，腰、膝弯曲；屈膝全蹲动作不完整等。



立卧撑示范视频

（2）身体素质测试满分为 100 分，为测试者最终体能测试成绩。

（3）面试，考试开始后系统自动展示考试题目：三个词语，利用这三个词语现场编讲一个故事：前 3 分钟为准备时间，后 2 分钟进行故事编讲表述，要求考生编讲表述时面对主机摄像头。以 100 分值记分，折合成

50 分。

(4) 身体素质测试和面试的考核过程，主机位和辅机位必须完整拍摄到考生的全身以及完成动作、作答的全过程，且辅机位应放于考生体侧合适位置。面试作答要求声音清晰洪亮。

2. 评分标准:

(1) 身体素质测试

60 秒立卧撑评分表（单位：次）

项目	立卧撑（次/60 秒）	
得分	男	女
100	40	35
98	39	34
96	38	33
94	37	32
92	36	31
90	35	30
88	34	29
86	33	28
84	32	27
82	31	26
80	30	25
78	29	24
76	28	23
74	27	22
72	26	21
70	25	20
68	24	19
66	23	18
64	22	17
62	21	16
60	20	15
57	19	14
54	18	13
51	17	12
48	16	11
45	15	10
42	14	9

39	13	8
36	12	7
33	11	6
30	10	5

（2）面试（语言表达素质）评分标准

面试部分以考生的仪表仪态（10%）、普通话语音标准度（30%）、语调与流畅度（30%）、语言组织与反应能力（30%）等作为主要评判依据。由参加考评的专家组成员对考生的答题情况进行独立评分及汇总评分。评分结果不解释。

七、测试监督

考试的全过程由学院纪检部门实施监督，并主动接受省教育考试院和社会各界的监督。

监督人员不得干扰考评组正常的考评工作，不对考评结果发表意见和建议。

衢州职业技术学院

2022年4月5日