

2022年河北省普通高校专升本考试 体育类专业专项（术科）测试考生须知

一、测试时间

2022年7月4日—6日，上午7:00—10:30 下午16:00—19:30。

二、测试地点

河北工程技术学院田径场

三、测试项目

100米、立定三级跳远、原地推铅球共三项。

四、测试日程

测试时间	笔试考点 所在市	考生范围
4号上午	石家庄	男生
4号下午	石家庄	女生
5号上午	秦皇岛	全部
	邯郸	
	衡水	
5号下午	保定	全部
	定州	
	辛集	
	张家口	
6号上午	沧州	全部
	廊坊	
	邢台	
6号下午	承德	全部
	唐山	

五、测试办法

1. 100米：采用蹲踞式起跑，不使用起跑器。测试小号码在检录处发放，在终点处回收。技术要求：测试时，发令口令为“各就位”、

“预备”、鸣枪。对每组第一次起跑犯规的考生给予警告，该组再次起跑犯规的所有考生都取消该项目的测试资格。考生仍可参加铅球及三级跳远的测试。

2. 立定三级跳远：男子入坑距离 7 米或 5 米，女子入坑距离 6 米或 4 米，考生确定好起跳距离后不得更改。没有练习试跳，每人三次试跳机会，取最好一次成绩为决定成绩。技术要求：立定三级跳远测试可以穿钉鞋（鞋钉突出部分长度不得超过 9 毫米），起跳前考生必须双脚平行站立于起跳线后，由静止状态开始做起跳动作，不得在起跳前施加任何形式的助跑因素。双脚起跳后，经腾空一只脚着地，完成第一跳；然后又经腾空用另一只脚着地，完成第二跳；双脚落入沙坑完成第三跳。

3. 原地推铅球：男子 5 公斤，女子 4 公斤，没有练习试投，每人按轮次进行三次试掷，取最好一次成绩为决定成绩。技术要求：在进入投掷圈做好预备姿势后，到最后用力向前推铅球之前，两脚不能完全离开地面，两脚也不能滑动。

六、测试说明

每组考生 8 人，道次及测试顺序为测试号末尾数。测试顺序为：100 米、立定三级跳远（可使用跑鞋，但必须使用塑胶跑道专用短钉跑鞋）或原地推铅球。每个项目测试完毕后，现场公布成绩，由考生签字确认，如有异议请考生立即提出。考生在测试过程中可以摘除口罩，测试结束后及时离场，并保持安全距离。全部测试结束后，由引导员引领至学校西门，领取存放的手机后有序离校。

七、注意事项

1. 查询测试分组。考前一天，登录河北省专升本考试管理系统查询测试（大组）分组；8 人为一小组，每 10 小组为一大组，按照大组排序进行测试。

2. 进入考点。考试当日，考生从学校西门凭有效居民身份证、准考证、考前一日内彩色打印的“河北健康码”“通信大数据行程卡”、本人7日内和48小时内两次核酸检测阴性证明（7日内和48小时内核酸检测阴性计算时间截止至测试开始前，两次核酸检测阴性采样时间至少间隔24小时）进入考点，并上交相关健康证明材料。

3. 领取测试证。考生在候考区（田径场北侧篮球场）入口凭准考证、身份证领取测试证，查看测试（小组）分组，等待检录。测试号为考生签字确认成绩的唯一标识，必须牢记。考生须主动上交手机等通讯工具，配合工作人员做好身份核查、安全检查等工作。

4. 检录时间。每单元提前30分钟检录，每次检录点名三次，三次点名间隔时间2分钟，三次点名不到者视为自动放弃测试资格。请考生合理掌握入场及检录时间。

八、纪律要求

考生要严格遵守纪律，服从裁判管理，不得妨碍和干扰裁判员工作，违者视情节按照相关规定给予处罚。考生着装不得印有任何特殊标记（如单位、特殊名称等），一经发现，均按作弊处理，取消测试资格。

九、其他

本次专项测试全程录像。考生在100米测试结束后现场确认成绩并签字，原地推铅球、立定三级跳远场地电子显示屏即时显示成绩，考生确认后签字。所有成绩不再进行公示。

咨询电话：李老师 13932400086、张老师 15131486603。

普通高校专升本考试体育类专业测试领导小组

2022年6月30