

长沙环境保护职业技术学院 2026 年 体育特长生高职单招方案

一、招生项目与计划

我校体育特长生招生计划严格按照湖南省教育厅有关规定执行，计划总数 20 人。具体各项目计划如下：

类别	项目	具体小项目及性别要求	计划数
体育特长生	篮球	1—5 号位、男子	10
	游泳	不限小项、不限男女	2
	羽毛球	不限小项、不限男女	5
	田径	不限小项、不限男女	3
合计			20

当该小项招生人数未满足时，将名额调剂到其他小项。

二、报考条件

1. 符合我省 2026 年普通高考（含对口招生考试）报名条件并已参加高考报名；

2. 须近五年内取得国家运动员二级证书的考生，或者获得市、州及以上教育、体育、文化等行政部门主办的学生体育比赛个人前 6 名、集体前 3 名的队员。

3. 所获成绩及奖项限于报所对应的专业项目（可不对应具体小项，但只测试评分细则中所含项目）。

三、报考流程

1. 参加全省单招统一报考。

2. 报名时间：依照学校单招考试章程执行。

3. 注意事项：考生报名时须注明报考的体育特长项目及小项。

四、资格审查

考生在**2月2日前**，完整填写附件2：体育特长生报名表（表内证明材料处必须粘贴获奖证书扫描件），发送至6090839@qq.com，提交我校体育课教学部处进行审核，**2月4日前**（请注意寄件时间，要确保2月4日之前送达）将获奖证书及佐证材料复印件邮寄至长沙环境保护职业技术学院体育馆（肖骏 13787266697）。我校将于**2月7日前**在官网公布考生名单，其资格须经我校审核并公示5日无异议后方可填报对应的招生类别志愿，未通过特长生审核的考生不能参加我校体育类别单招。

考生可以通过提交以下几种情况的材料来体现本人获奖的情况：

1. 国家二级运动员证书；

2. 含个人姓名的获奖证书，以及当时获奖赛事的比赛成绩册、秩序册；集体项目的全队获奖证明（证书或官网查询网址）以及当时获奖赛事的比赛成绩册、秩序册；

五、特长生专项测试

1. 测试时间及地点：

专项测试时间：2026年3月初（具体时间待定）

测试地点：各项目体育场地（游泳项目在校外恒温游泳馆进行测试）

2. 测试流程及方式：体育特长生在体育馆进行检录后由各

测试小组带领至相应场地进行测试。

3. 各项目的测试内容及要求见附件 3：2026 年长沙环境保护职业技术学院体育特长生测试项目及评分标准。

六、合格考生名单确定与公布

1. 体育特长生专项测试成绩需达到 210 分的最低标准方可作为特长生进行排序录取，未取得合格资格的考生不能录取到特长生。

2. 取得合格资格考生名单将于 3 月份（具体时间依学校整体单招工作进度决定）在我校官方网站予以公布。

七、录取原则

1. 我校依据综合成绩分数优先、遵循专业志愿的规则进行专业录取。如遇末位同分情况，则以专项测试成绩高者为优先录取；如专项测试成绩和文化成绩相同则以项目获奖情况进行排序，优先顺序依次为：国家运动员等级证书、比赛名次、获奖时间（时间近者靠前）。

2. 根据我校单招章程，体育特长生考生可在招生专业范围内自行选择报考，但每个专业最多录取 3 人，如该专业报名的合格体育特长生超过 3 人，学校将依据综合成绩排序将第三名以后服从调剂的考生调剂到其他专业进行录取。

3. 所有体育特长生（含应届普高毕业生）都必须参加学校组织的文化素质测试。

4. 综合成绩计算方式：综合成绩（满分 600 分）=文化素质测试成绩（满分 300 分）+特长生测试成绩（满分 300 分）。

八、入校复查

新生入学后 3 个月内，学校按照招生政策规定对新生报名

资格、身心状况、录取手续及程序、录取资格、优惠资格及相关证明材料等进行复查复核。对复查复核发现的问题，学校将集中研究处理，凡属弄虚作假者，一经查实，取消其入学资格。对于弄虚作假情节严重或涉嫌冒名顶替上大学的，移送相关部门调查处理。

九、监督机制

我校纪委对特长生招生考试工作进行全程监督，对考试工作进行全程监督，如发现我校特长生招生工作存在违纪违规行为，请直接向我校纪委反映。

监督电话：0731-85622768

十、联系方式

我校体育特长生招生考试工作由教务处牵头，具体专项测试由招生、教务、体育、学生工作部（团委）相关部门共同组织实施。

联系方式：0731-85622741 、85622888

十一、其他事项

本方案适用于我校 2026 年体育特长生高职单招。其解释权属于长沙环境保护职业技术学院。如遇教育部、湖南省教育厅相关招生政策调整，以公布的最新政策为准。

体育特长生报名表

姓名		性别		出生日期	
毕业学校				民族	
身份证号码			电话号码		
报名项目		运动员等级			
近三年 所获奖项					
证明材料	<p>此处粘贴证明材料：运动员国家等级证书、个人获奖证书、集体项目官宣证明及秩序册名单。</p>				

2026 年长沙环境保护职业技术学院

体育特长生测试项目及评分标准

一、男子篮球项目（总分 300 分）

1. 定点投篮（45 分）

测试方法：以篮圈中心投影点为中心，5.5 米为半径画弧，考生在弧线外进行 60 秒钟自投自抢，投篮方式不限，投中次数分数和技术评定分数相加。

投中	8	7	6	5	4	3	2	1	0
分数	20	18	15	12	10	8	5	2	0

技评

分数	25—20 分	19—15 分	14—10 分	9—0 分
技术规格	起跳充分，出手点高，动作正确，协调、连贯、实效。	有一定起跳，动作正确，协调。	动作基本正确，协调。	动作不正确，不协调。

2. 运球往返上篮（45 分）

测试方法：由球场右侧边线中点开始，面向球篮以右手运球上篮，同时开始计时，球投中篮后，以右手运至左侧边线中点，然后折转换左手运球上篮，投中篮后，以左手运至右侧边线中点，再折转重复上述运球上篮过程一次，最后回到右侧边线中点的起点处停表。

要求：连续运球，不得远推运球上篮；必须投中后才能继续运球，投不中要继续再投，直到投中；上篮的手不加限制；不得有任何违例动作。

时间 (秒)	39	42	45	48	51	54	57	60	66	70
分数	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2

技评

分数	25—20分	19—15分	14—10分	9—0分
技术规格	控球稳定，动作协调、出手点高，实效性较强。	控球基本稳定，动作正确，较协调。	控球一般，动作基本正确，协调。	控球不稳，动作不正确，不协调。

3. 全场（或半场）比赛（210分）

测验方法：根据考生人数和实际情况，进行全场或半场的编队比赛，测验考生的技术和战术的运用能力，比赛时间以能够全部观察、了解每个考生的情况而定。如遇人数不足情况，可采用模拟方式测试考生实战能力。评定的内容有：

(1) 个人进攻能力：观察进攻技术运用的合理性和熟练程度。重点看投篮、突破和传球。

(2) 个人防守能力：观察个人防守、协同防守和防守能力。

(3) 战术意识：观察比赛中攻守转换意识、位置意识和个人战术行动的能力。

评分标准：

优秀：较好地做到以上三项（180—210分）

良好：较好地做到以上两项（135—179分）

合格：三项中有一项较好（120—134分）

不合格：三项皆差（90分以下）

二、田径项目（总分300分）

测试方法：考生可以从以下开设的田径项目中任选一项参加考试。

项目	100 米		200 米		400 米		800 米		1500 米	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
300	10"7	12"6	22"0	26"6	50"2	1'01"2	1'58"0	2'25"0	4'10"0	5'10"0
285	10"8	12"7	22"2	26"8	50"4	1'01"5	1'59"0	2'27"0	4'12"0	5'15"0
270	10"9	12"8	22"4	27"0	50"6	1'01"8	2'00"0	2'29"0	4'14"0	5'20"0
255	11"0	12"9	22"6	27"2	50"8	1'02"1	2'01"0	2'31"0	4'16"0	5'25"0
240	11"1	13"0	22"8	27"6	51"0	1'02"4	2'02"0	2'33"0	4'18"0	5'30"0
225	11"2	13"1	23"0	28"0	51"2	1'02"7	2'03"0	2'35"0	4'20"0	5'35"0
210	11"3	13"2	23"3	28"5	51"4	1'03"0	2'04"0	2'40"0	4'22"0	5'40"0

项目	跳高 (米)		跳远 (米)		三级跳远 (米)		铅球 (米)	
	男	女	男	女	男	女	男 7.26kg	女 4kg
300	1.90	1.50	7.10	5.40	14.30	12.00	13.50	11.60
285	1.88	1.49	7.00	5.35	14.20	11.90	13.25	11.40
270	1.86	1.48	6.90	5.30	14.10	11.80	13.00	11.20
255	1.84	1.46	6.80	5.20	14.00	11.60	12.75	11.00
240	1.82	1.44	6.70	5.10	13.90	11.40	12.50	10.60
225	1.80	1.42	6.60	5.00	13.65	11.20	12.25	10.20
210	1.78	1.40	6.50	4.90	13.40	11.00	12.00	9.80

项目	标枪 (米)		铁饼 (米)		5000 米	
	男 800g	女 600g	男 2kg	女 1kg	男	女
300	53.0	38.0	40.6	41.0	16'16"0	21'48"0
285	51.5	37.0	40.0	40.0	16'20"0	21'53"0
270	50.0	36.0	39.0	39.0	16'25"0	22'08"0
255	48.5	35.0	38.0	37.0	16'30"0	22'23"0
240	46.0	34.0	37.0	34.0	16'40"0	22'38"0
225	43.0	33.0	36.0	31.0	16'50"0	23'08"0
210	40.0	29.0	35.0	28.0	17'00"0	23'38"0

注：径赛项目为手动计时

三、游泳项目（总分 300 分）

测试方法：考生可以从以下开设的游泳项目中任选一项参加考试。

自由泳

项目	50 米		100 米		200 米		400 米		男 1500 米 女 800 米	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
300	27"0	31"0	1'02"0	1'18"0	2'25"0	3'10"0	5'30"0	6'00"0	21'30"0	15'00"0
285	27"5	32"0	1'03"0	1'20"0	2'30"0	3'15"0	5'40"0	6'10"0	22'00"0	15'10"0
270	28"0	34"0	1'04"0	1'22"0	2'35"0	3'20"0	5'50"0	6'20"0	22'30"0	15'20"0
255	28"5	36"0	1'05"0	1'24"0	2'40"0	3'25"0	6'00"0	6'35"0	23'00"0	15'30"0
240	29"0	38"0	1'06"0	1'26"0	2'45"0	3'30"0	6'10"0	6'50"0	24'00"0	15'40"0
225	29"5	40"0	1'07"0	1'28"0	2'50"0	3'35"0	6'20"0	7'05"0	25'00"0	15'50"0
210	30"0	42"0	1'08"0	1'30"0	3'00"0	3'40"0	6'30"0	7'20"0	26'00"0	16'00"0

蛙泳

项目	50 米		100 米		200 米	
	男	女	男	女	男	女
300	34"0	41"0	1'14"0	1'31"0	2'45"0	3'20"0
285	34"5	41"5	1'16"0	1'32"0	2'50"0	3'25"0
270	35"0	42"0	1'18"0	1'33"0	2'55"0	3'30"0
255	35"5	42"5	1'21"0	1'35"0	3'00"0	3'35"0
240	36"0	43"0	1'24"0	1'37"0	3'05"0	3'40"0
225	36"5	44"0	1'27"0	1'39"0	3'15"0	3'45"0
210	37"0	46"0	1'30"0	1'42"0	3'25"0	3'50"0

注：以上项目为手动计时

四、羽毛球项目（总分 300 分）

1. 正手击高远球（30 分）

测试方法：考生在本场地内，接对方发球，正手将球回至对方场地，连续击打 5 个，要求动作协调，发力正确，击球点

高，回球有高度和较大弧度，落点控制在对方场地的端线和双打的后发球线之间。

评分标准：考官结合握拍、脚步动作、发力、拍面、击球点、球的高度、弧度、落点及规则等因素来评定每球得分，得分共分5个档次，依次为6分、5分、4分、2分、0分。

2. 正手吊球（30分）

测试方法：考生在本场地内，接对方发球，运用吊球技术将球回至对方网前场地，连续击打5个（3个直线、2个斜线），要求吊球动作协调，有欺骗性，控制好球的线路和弧度，落点质量高。

评分标准：考官结合脚步动作、挥拍发力、拍面、击球点、球的速度、弧度、落点及动作的欺骗性等因素来评定每球得分，得分共分5个档次，依次为6分、5分、4分、2分、0分。

3. 杀球（30分）

测试方法：考生在本场地内，接对方发球，双脚起跳将球杀至对方场地，连续杀球5个（3个直线、2个斜线），要求动作协调，起跳充分，击球点高，杀球力量大，线路和落点质量高。

评分标准：考官结合脚步动作、挥拍发力、拍面、击球点、球的力量、速度、弧度、落点等因素来评定每球得分，得分共分5个档次，依次为6分、5分、4分、2分、0分。

4. 实战能力（210分）

以比赛形式，评定考生的攻防能力和运用各种技术的能力，以及临场调整战术和心态、双打配合意识等能力。

分值	166-210	120-165	75-119	75 以下
测试要求	个人技术及战术运用合理，能力强，比赛意识好。	个人技术较好、战术运用较合理，能力较强，比赛意识较好。	具备一定个人技术，战术运用基本合理，能力一般，比赛意识一般。	个人技术较差，战术运用不合理，比赛意识较差。