

2025 年上海市第五十四中学 招收区级优秀体育学生资格确认方案

一、学校介绍

上海市第五十四中学是国家级规范汉字书写教育特色校、上海市文明单位、上海市平安示范校、上海市德育工作先进集体、上海市体育传统特色校、上海市绿色学校、徐汇区行为规范示范校、区艺术特色学校、区武术体教结合校、上海市德育课程研究教学基地、上海音乐学院民乐校外实习基地、上海大学机械工程实践工作站实践点。篮球、健美操、京昆是学校办学特色，在各项比赛中为市、区、校争得多枚金牌，在各级比赛中屡获佳绩。

二、招生项目

篮球、健美操

三、招生计划

（一）篮球（男）：5 人，其中前锋 3 人，中锋 1 人，后卫 1 人。

（二）健美操（男女均可）：3 人。

四、报名条件

具有 2025 年本区中招报名资格并完成报名的应届初中毕业生，且具备以下条件之一的学生，可填写《2025 年徐汇区高中阶段学校区级优秀体育学生资格确认报名表》（以下简称《报名表》，见附件 2），提供佐证材料（含成绩证书、成绩册、秩序册），并经毕业学校公示 5 个工作日。

（一）自 2022 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 8 名的主力队员或个人项目前 8 名的学生（《2025 年徐汇区优秀

体育学生市级体育赛事认定目录》，见附件 3）。

（二）自 2022 年 9 月 1 日起获得本市由各区教育、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前两名的主力队员或个人项目前三名的学生。我区可认定的正式体育比赛目录为我区举办的阳光体育大联赛系列比赛等（市级优秀体育学生适用，详见附件 4）。参加其他区举办并正式认定的体育比赛，考生须填写《2025 年徐汇区高中阶段学校区级优秀体育学生区级赛事认定表》（见附件 5），并经毕业学校报区教育、体育行政部门同意，作为报名材料报送。

五、组织领导

设立优秀体育学生招生工作小组及监督小组

设立资格确认评审工作专家小组

校内专家 4 名，校外专家 1 名

六、报名办法

（一）符合报名条件学生可填写《2025 年徐汇区高中阶段学校区级优秀体育学生资格确认报名表》（以下简称《报名表》），报名。报名学生须在毕业学校 4 月 14 日前完成资格公示（5 个工作日）。

（二）学生须将附件 1《信息表》和附件 2《报名表》及相关成绩证明材料（奖状、证书或成绩册与秩序册等，获得区级赛事相关成绩的须另外提交《认定表》）在 4 月 16 日（星期三）前填写完整并盖好学校公章交至徐汇区康平路 34 号教务处徐老师收，电话 021-64373403 转 209。

七、资格确认的组织与要求

（一）资格确认时间

4 月 27 日（周日）15:30

（二）资格确认地点

上海市第五十四中学（康平路 34 号）

（三）资格确认组织与要求

1. 报到时间：4 月 27 日（周日）15:00

报到地点：上海市第五十四中学（康平路 34 号）

2. 报到要求：凭《上海市第五十四中学招收区级优秀体育学生信息表》携带初二——初三的学生成长手册材料等在底楼会议室进行报到（检录）

测试场地布置：篮球-篮球场

健美操-体操房

3. 入场要求：

（1）考生着装要求：校服或者演出服

（2）携带手机要求：手机不带入测试场地

（3）场地封闭要求：考生进入测试场地（家长不得入内）

（4）出入证件要求：考生持《信息表》、门卫处签到

（四）资格确认内容、方法与标准

A：篮球测试

1、助跑摸高测试 定量评价（20%）

测试要求：两次机会

测试标准：摸高高度（米）

2、5.8 米折返跑测试 定量评价（20%）

测试要求：底线到罚球线三个来回计时

测试标准：完成时间（秒）

3、1 分钟罚球线自投自抢 定量评价（20%）

测试要求：罚球线自投自抢一分钟计时

测试标准：中篮个数

4、综合运球测试 定量评价（20%）

测试要求：按市运动员技能考核方法

测试标准：完成时间（秒）

5、实战对抗（定量、定性）（20%）

测试要求：全场 5 vs 5 对抗

测试标准：进攻能力、防守能力、篮板球能力（定量）；
观察、心理等（定性）

B：健美操测试

（一）身体形态（10%）

1、基本站姿

测试内容：健美操基本站姿四个方向各 5 秒

测试标准：体态匀称、身姿挺拔、形象气质佳；

（二）专项素质（20%）

1、柔韧素质

测试内容：三面叉

测试标准：全贴地面为优秀，离地面一拳距离为良好；离地面两拳距离及以上为一般；

2、身体控制能力

测试内容：①斜身俯卧撑 ② 1 分钟仰卧起坐

测试要求：

①斜身俯卧撑：身体保持一条直线，屈臂超过 90° 支撑高度 30—40 公分。男生完成 15 次，女生完成 12 次。

②1 分钟仰卧起坐：双手抱头、双肩触垫、双肘碰膝。

（三）专项技能（30%）

1、立转类

测试内容：①单足立转 720° ②挥鞭转/阿拉 C 杠 3+2

测试标准：重心稳定，身体保持直立，转体度数准确，空中姿态优美，无跳跃动作

2、跳跃类

测试内容：①团身跳 ②分腿跳 ③三连跳（任意跳步动作组合）

测试标准：团身跳、屈体分腿大跳吸腿和分腿高度高于髌位；三连跳动作连贯轻盈，空中姿态优美，有明显的腾空高度。

3、基本手位

测试内容：花球啦啦操基本手位（统一音乐）

测试标准：姿态好，手型手位准确无误，动作有发力有制动；

（四）实战表现（40%）

啦啦操或健美操成套展示（自备音乐）

测试要求：

①时间 1 分 30 秒—2 分钟；

②突出所展示项目的特点；

八、资格确认结果公示

通过学生名单将在招生学校：上海市第五十四中学公示 5 个工作日。公示时间为：5 月 6 日（星期二）—5 月 12 日（星期一）

九、应急预案

项目的测试如遇到特殊情况无法进行现场测试，学校将另行通知。

十、监督保障

严格按照本校区级优秀体育学生资格确认方案，确保测试公平公正。

校级监督电话：64371427

十一、咨询联系

教导处 黄老师 64373403*207

十二、附件：

附件 1：上海市第五十四中学招收区级优秀体育学生信息表

附件 2：2025 年徐汇区高中阶段学校区级优秀体育学生资格
确认报名表

附件 3：2025 年徐汇区高中阶段优秀体育学生市级体育赛事
认定目录

附件 4：2025 年徐汇区高中阶段优秀体育学生区级体育赛事
认定目录

附件 5：2025 年徐汇区高中阶段学校区级优秀体育学生区级
体育赛事认定表

附件 6：2025 年徐汇区高中阶段学校区级优秀艺体学生招生
报考志愿表

附件 1:

上海市第五十四中学招收区级优秀体育学生信息表
(篮球、健美操)

姓名		性别		身高		体重		出生日期	年 月 日
训练项目					是否已在国家体育总局注册			注册号	
居住地址							邮编		
户籍地址							邮编		
家长姓名			家长手机号码				(父/母) 打勾		
初中就读学校									
个人特点 运动简历									
体 育 运 动 成 绩									
主 要 比 赛 成 绩	竞赛名称			时间		地点		取得成绩 (名次)	

附件 2

2025 年徐汇区高中阶段学校区级优秀体育学生资格确认报名表

学生所在区：_____

毕业学校：_____

学生报名号：_____

姓名		性别		身高		体重		出生日期	年 月 日
训练项目		专项		是否已在国家体育总局注册				注册号	
家庭地址				电话				邮编	
报名学校				身份证号				上海学籍号	
个人特点 运动经历									
主要 比赛 成绩	竞赛名称			时间	地点	取得成绩（名次）			证明人或推荐人
									年月日
毕业学校 意见		已公示 5 个工作日，同意该生报名。 签字（盖章）： 年 月 日			招生学校 意见		已公示 5 个工作日，同意该生通过资格确认。 签字（盖章）： 年 月 日		
区青少年体育工作 联席会议办公室（体 教融合办公室）意见		签字（盖章）： 年 月 日			市青少年体育工作 联席会议办公室意见		签字（盖章）： 年 月 日		

注：本表一式六份，由市、区教育、体育行政部门、区招考机构、招生学校各留一份。比赛成绩证明须另附页。若报名两所学校，须填写两张报名表。

附件 3

2025 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（中小学组）
2		上海市青少年校园足球精英赛（中小学组）
3		2024 上海市学生运动会足球比赛（中小学组）
4		上海市青少年校园足球夏令营最佳阵容选拔（2023 年）
5		上海市青少年足球锦标赛 上海市第十七届运动会足球比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年足球锦标赛
6		上海市青少年足球俱乐部联赛
7	篮球	上海市中小学生篮球联赛（初中组）
8		上海市中小学生篮球杯赛（初中组）
9		2024 上海市学生运动会篮球比赛（中小学组）
10		2024 年上海市学生运动会三人篮球比赛（中小学组）
11		上海市青少年篮球锦标赛 上海市第十七届运动会篮球比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年篮球锦标赛
12		上海市青少年篮球冠军赛
13		上海市青少年篮球锦标赛排位赛暨上海市青少年体育精英系列赛篮球比赛第二站（2023 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锦标赛排位赛（2024 年）
14		MAGIC3 上海市青少年三对三超级篮球赛（精英组） 上海市第十七届运动会三人篮球比赛（青少年组）暨 2022 年 MAGIC3 上海市青少年三对三超级篮球赛（精英组）
15	排球	上海市中小学生排球联赛（初中组）
16		上海市中小学生排球杯赛（初中组）
17		2024 上海市学生运动会排球比赛（中小学组）
18		2024 上海市学生运动会沙滩排球比赛（中小学组）
19		上海市青少年排球锦标赛 上海市第十七届运动会排球比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年排球锦标赛
20		上海市青少年排球锦标赛排位赛暨上海市青少年体育精英系列赛排球比赛第二站（2023 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锦标赛排位赛（2024 年）
21		上海市青少年沙滩排球锦标赛 上海市第十七届运动会沙滩排球比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年沙滩排球锦标赛

22	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）
23		2024 上海市学生运动会乒乓球比赛（中小学组）
24		上海市青少年乒乓球锦标赛 上海市第十七届运动会乒乓球比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年乒乓球锦标赛
25		上海市青少年体育精英系列赛乒乓球比赛第二站
26	羽毛球	上海市中小学生羽毛球锦标赛（初中组）
27		2024 上海市学生运动会羽毛球比赛（中小学组）
28		上海市青少年羽毛球锦标赛 上海市第十七届运动会羽毛球比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年羽毛球锦标赛
29		上海市青少年体育精英系列赛羽毛球比赛第二站
30	网球	上海市中小学生网球锦标赛（初中组）
31		2024 上海市学生运动会网球比赛（中小学组）
32		上海市青少年网球锦标赛 上海市第十七届运动会网球比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年网球锦标赛
33		上海市青少年网球冠军赛暨上海市青少年体育精英系列赛网球比赛第二站（2023 年） 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（2024 年）
34		上海市中学生田径联盟杯赛（初中组）
35	田径	上海市中学生田径冠军赛（初中组）
36		2024 上海市学生运动会田径比赛（中学组）
37		上海市青少年田径锦标赛 上海市第十七届运动会田径比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年田径锦标赛
38		上海市青少年体育精英系列赛田径比赛第二站
39	游泳	上海市中小学生游泳锦标赛（初中组）
40		2024 上海市学生运动会游泳比赛（中小学组）
41		上海市青少年游泳锦标赛 上海市第十七届运动会游泳比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年游泳锦标赛
42		上海市青少年体育精英系列赛游泳比赛第二站
43	武术	上海市中小学生武术套路锦标赛（初中组）
44		2024 上海市学生运动会武术套路比赛（中小学组）
45		上海市青少年武术套路锦标赛 上海市第十七届运动会武术套路比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年武术套路锦标赛
46		上海市青少年武术散打锦标赛 上海市第十七届运动会武术散打比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年武术散打锦标赛

47	冰雪	上海市中小学生冰上运动会 (初中组, 冰球、短道速滑、冰壶项目)
48		2024 上海市学生运动会花样滑冰比赛 (中小学组)
49		2024 上海市学生运动会冰球比赛 (中小学组)
50		2024 上海市学生运动会短道速滑比赛 (中小学组)
51		2024 上海市学生运动会冰壶比赛 (中小学组)
52		上海市青少年冰球锦标赛 上海市第十七届运动会冰球比赛 (青少年组) 暨 2022 年上海市青少年冰球锦标赛
53		上海市青少年冰壶锦标赛 上海市第十七届运动会冰壶比赛 (青少年组) 暨 2022 年上海市青少年冰壶锦标赛
54		上海市青少年花样滑冰锦标赛 上海市第十七届运动会花样滑冰比赛 (青少年组) 暨 2022 年上海市青少年花样滑冰锦标赛
55		上海市青少年短道速滑锦标赛 上海市第十七届运动会短道速滑比赛 (青少年组) 暨 2022 年上海市青少年短道速滑锦标赛
56	击剑	上海市中小学生击剑锦标赛 (初中组)
57		2024 上海市学生运动会击剑比赛 (中小学组)
58		上海市青少年击剑锦标赛 上海市第十七届运动会击剑比赛 (青少年组) 暨 2022 年上海市青少年击剑锦标赛
59		上海市青少年击剑冠军赛暨上海市青少年体育精英系列赛击剑比赛第二站 (2023 年) 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 (2024 年)
60	射击	上海市中小学生射击锦标赛 (传统射击)
61		2024 上海市学生运动会射击比赛 (中小学组传统射击)
62		上海市青少年射击锦标赛 上海市第十七届运动会射击比赛 (青少年组) 暨 2022 年上海市青少年射击锦标赛
63		上海市青少年射击冠军赛 (2023 年) 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 (2024 年)
64	射箭	上海市中小学生射箭锦标赛 (初中组)
65		2024 上海市学生运动会射箭比赛 (中小学组)
66		上海市青少年射箭锦标赛 上海市第十七届运动会射箭比赛 (青少年组) 暨 2022 年上海市青少年射箭锦标赛
67		上海市青少年射箭冠军赛暨上海市青少年体育精英系列赛射箭比赛第二站 (2023 年)

		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（2024 年）
68	健美操	上海市中小学生健美操锦标赛（初中组，竞技健美操、有氧舞蹈、啦啦操（花球））
69		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））
70	棒垒球	2024 上海市学生运动会棒垒球比赛（中小学组）
71		上海市青少年棒球锦标赛 上海市第十七届运动会棒球比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年棒球锦标赛
72		上海市青少年垒球锦标赛 上海市第十七届运动会垒球比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年垒球锦标赛
73	赛艇	2024 上海市学生运动会水上运动比赛（中小学组赛艇）
74		上海市青少年赛艇锦标赛 上海市第十七届运动会赛艇比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年赛艇锦标赛
75		上海市青少年赛艇冠军赛暨上海市青少年体育精英系列赛赛艇比赛第二站（2023 年） 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（2024 年）
76	跳绳	上海市中小学生跳绳锦标赛（初中组）
77		2024 上海市学生运动会跳绳比赛（中小学组）
78	帆船	2024 上海市学生运动会水上运动比赛（中小学组帆船）
79		上海市青少年帆船锦标赛 上海市第十七届运动会帆船比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年帆船锦标赛
80		上海市青少年帆船冠军赛暨上海市青少年体育精英系列赛帆船比赛第二站（2023 年） 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（2024 年）
81	帆板	2024 上海市学生运动会水上运动比赛（中小学组帆板）
82		上海市青少年帆板锦标赛 上海市第十七届运动会帆板比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年帆板锦标赛
83		上海市青少年帆板冠军赛暨上海市青少年体育精英系列赛帆板比赛第二站（2023 年） 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（2024 年）
84	攀岩	上海市学生攀岩锦标赛（中小学组）
85		2024 上海市学生运动会攀岩比赛（中小学组）
86		上海市攀岩锦标赛

		上海市第十七届运动会攀岩比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年攀岩锦标赛
87		上海市青年攀岩锦标赛（2023 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 4

2025 年徐汇区高中阶段优秀体育学生 区级体育赛事认定目录（供参考）

序号	项目	比赛名称	主办单位	备注
1	智力	“西位实验杯”中小学生国际跳棋比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
2	智力	“中国中学-华理附小杯”中小学生中国象棋比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
3	智力	“中国中学-华理附小杯”中小学生国际象棋比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
4	智力	“中国中学-华理附小杯”中小学生五子棋比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
5	智力	“交大附小杯”中小学生围棋比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
6	智力	“南洋初中杯”中学生桥牌比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
7	足球	“南洋杯”中学生足球比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
8	足球	“田二-田三杯”中学生五人制足球比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
9	篮球	“南模-五十四杯”中学生篮球比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
10	篮球	“市二杯”中学女子篮球比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
11	排球	“位育初中杯”中学生排球比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
12	乒乓	“市四杯”中学生乒乓球比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
13	网球	“上中杯”中小学生网球比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
14	羽毛球	“上中杯”中小学生羽毛球比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
15	健身操	“南模-华理附中杯”中学生啦啦操、健美操比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
16	田径	“位育杯”中学生田径比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
17	飞镖	“汇学杯”中小学生飞镖比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
18	武术	“中国中学-西南模范杯”中小学生武术比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	

19	射击	“紫阳杯”中小学生激光枪射击比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
20	冰壶	“长中杯”中小学冰壶（陆地冰壶）比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
21	跳踢拍	“汾阳杯”中学生跳踢比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
22	冬季长跑	“徐教院附中杯”中小学生冬季长跑比赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
23	足球	“满天星”中学生足球锦标赛	徐汇区教育局 徐汇区体育局	
24	健身操	“解放日报杯”上海市学生健身操舞大赛	徐汇区体育局 徐汇区教育局	
25	游泳	“上中杯”中小学生游泳比赛	徐汇区体育局 徐汇区教育局	

注：所填赛事信息须含各区体育部门举办的赛事。

附件 5

2025 年徐汇区高中阶段学校区级优秀体育学生 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 6

2025 年徐汇区高中阶段学校区级优秀体艺学生招生报考志愿表

报名号													
-----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

姓名_____ 性别：_____ 毕业学校：_____

类别编号	类别名称	招生代码	学校简称	项目/小项	优惠政策
本人已阅读并知晓“填报志愿须知”。			本人已阅读并知晓“填报志愿须知”。		
考生签字： 日期：			家长（监护人）签字： 日期：		
招生学校 负责人签名： 日期：				区教育行政部门公章：	
学校公章：					

填报志愿须知：

- 1. 此表为区级优秀艺体学生填写。学生还需填写《2025 年上海市高中阶段学校招生报考志愿表》并进行网上填报。
- 2. 在自主招生、名额分配到区、名额分配到校志愿录取结束后，在统一招生批次进行区级优秀艺体学生的录取。
- 3. “招生代码”及“学校简称”与《2025 年上海市高中阶段学校名额分配综合评价录取和统一招生录取志愿表》统一。
- 4. “类别编号”和“类别名称”对应关系如下：

类别编号	类别名称
1	区级优秀体育学生
2	区级艺术骨干学生