

内乡实验高中 2026 年体育艺术 特长生招生方案

内乡实验高中是南阳市市级示范性高中，为了推进素质教育，促进学生全面发展，培养学生的个性特长，使更多优秀的体育、艺术类人才脱颖而出。我校在内乡县教体局统筹组织下招收体育艺术特长生，特制定内乡实验高中2026年体育艺术特长生招生考试方案：

一、报名

（一）报名资格条件

1.拥护党的教育方针，思想品德优良，身心健康，具备体育、美术、音乐专项爱好与专业特长。

体育类：参加县级及以上教育行政部门主办或联合主办的体育赛事，获县级前六名、市级前八名，或代表市级参加省级赛事者；未参加相关赛事但身体素质突出、具备专项潜力者，可由毕业学校推荐报名。

美术类：获县级及以上教育行政部门主办或联合主办的美术类比赛二等奖及以上；美术 / 书法艺术考级六级及以上；确有美术特长者，可由毕业学校推荐报名（须提交独立完成作品 1 幅）。

音乐类：获县级及以上教育行政部门主办或联合主办的音乐类比赛二等奖及以上；参加市级及以上教育行政部门艺术展

演活动者；音乐考级八级及以上；专业水平突出者，可由毕业学校推荐报名。

2.中招志愿填报时，须在普通高中提前批次填报内乡县实验高级中学。

3.各初中推荐报考人数，原则上不超过本校中招报名总人数的 5%。

（二）报名材料、资格审查及流程

1.电子版材料上交时间

各初中学校将本校报考我校体育艺术特长生学生报名表 excel电子版和盖章PDF版于5月8日18:00前发至我校招办邮箱：404348943@qq.com。联系人：李红强，联系电话：13633992406。

2.报名材料

上交近期同底免冠1寸彩色照片3张。（有获奖证书的携带原件及复印件各一份）。考生持身份证、报名表（附件3）和学校证明（符合报名条件2的考生）。提醒考生将报名材料装入档案袋并在封面填写个人报名信息。

（三）报名及领取准考证时间、地点

1.报名时间：

体育、音乐、美术时间统一为：5月18日—19日（上午 8:30—12:00，下午 14:30—17:30）；

2.报名地点：

体育、音乐、美术特长生地点统一为：崇德楼一楼政教处

3.报考须知：

(1) 考生所在学校须学校携带报名表（原件、复印件、电子版）、中招体育准考证、学籍材料（纸质 + 电子版）、与中招报名同底版照片 3 张及相关获奖、考级、推荐证明材料，我校将对考生信息及申报专业进行现场审核，并当场告知审核结果。审核合格者，发放准考证，并按要求参加专业项目考试。

(2) 报考体育特长生的考生，须如实报告自身健康状况；凡患有哮喘、心脑血管疾病、不宜参加剧烈运动的遗传性疾病及其他重大疾病的考生，不能报考体育特长生。如有隐瞒，一切后果由考生及家长自行承担。

二、专业计划合格人数及录取规则

(一) 招生专业计划合格人数

特长生专业合格线按照学校招生计划1:1.2划定，最后并列的考生全部划入合格名单。

类别	体育类	音乐类		美术
专业	篮球	声乐	器乐	绘画
专业合格人数	男子12	12		36

(二) 录取规则

根据省、市普通高中录取工作要求，特长生录取时按体育类、音乐类、美术类三大类分别进行，体育类限男生，音乐类、美术类录取时不分男生、女生，不细分具体专业。专业考试合格且中招成绩达到本地体育艺术特长生中招最低录取控制线的考生，按照中招成绩从高到低择优录取；若最后一名中招成绩并列，并列考生全部录取。招生计划录满即止，未录满的计划不再进行补录。

体育艺术特长生中招最低录取控制线为本地普通高中普通类最低录取控制线的80%。

特长生志愿录取成功后，考生不再参加后续批次志愿的录取；未被录取的考生，按照已填报的其他批次志愿，纳入相应批次招生录取。

三、考试组织

(一) 考试时间：2026年5月24日

(二) 考试地点：

内乡县实验高级中学（内乡县渚阳大街 273 号）考生须凭专业测试准考证、本人有效身份证件参加测试。

(三) 考试项目和评分标准见附件5

四、录取及联系方式

(一) 录取方式和流程

体育考试成绩在考试结束后当天向考生公布，美术考试成绩次日向考生公布。学校于5月26日前将特长生考试合格名单

汇总表、专业合格分数线、考生合格名单、专业分数及排序纸质盖章版和电子版（光盘形式）报市教育局体卫艺科存档。

特长生专业合格线按照1:1.2划定，最后并列的考生全部划入合格名单。市教育局审核后，在南阳市教育局网站公示。我校也及时张贴公示体育美术专业合格名单。

（二）志愿填报

凡报考普通高中体育艺术特长生且专业考试合格的考生，均须通过“河南省高中阶段教育招生信息服务平台”（<https://gzzs.jyt.henan.gov.cn/zk/>）填报特长生志愿。考生须在本市提前批第一志愿栏（分体育、音乐、美术、舞蹈类别）中选报，每个考生只能选报1所学校的1个专业。考生填报的特长生志愿必须与本人专业考试合格的学校、专业一致，否则志愿无效。

（三）学校招生考试负责人及联系方式

招生负责人：李红强	联系电话：13633992406
体育负责人：陈然	联系电话：15893505918
音乐负责人：江霞	联系电话：13569287926
美术负责人：江波	联系电话：15838773777

五、县教体局监督电话及邮箱

0377-65330187，邮箱：nxxtyk@163.com

附件：

1.2026年南阳市普通高中招收体育艺术特长生招生计划及
联系方式

2.2026年南阳市普通高中体育艺术特长生报名汇总表

3.2026年南阳市普通高中体育艺术特长生报名表

4.2026年南阳市普通高中体育艺术特长生考试合格名单汇
总表



附件1

2026年南阳市普通高中招收体育艺术特长生计划表

学校名称	体育类 计划数	音乐类 计划数	美术类 计划数	舞蹈类 计划数	合计	联系人姓名	联系电话	邮 箱
示范区博雅未来高级中学	16				16	张元柱	0377-68087369	1916907758@qq.com
南阳市第二十完全学校		6	10		16	黄振锋	0377-66776636	yangchen203@163.com
南阳市第二十一完全学校	20				20	黄振锋	0377-66776636	yangchen203@163.com
南阳市第二中学校	70		20		90	郑涛丽	0377-63163257	nyezjdc@163.com
南阳市艺术中学		4	8	4	16	王 祥	0377-63223036	nywangxiang@163.com
南阳市第六完全学校高级中学	18		9		27	刘 坚	0377-63980986	278929283@qq.com
南阳市第十完全学校高中部	20				20	单雨峰	0377-63200238	danyufeng1@qq.com
南阳市宛城区言蹊中学	20		60		80	刘 飞	0377-66082522	13608459831@163.com
南阳市第五完全学校高中部	15				15	钱 一	0377-63771052	258606882@qq.com
南阳市十五中学	16				16	王春昌	0377-83986930	3381681930@qq.com
卧龙区博雅学校			35		35	田传跃	0377-63291378	957632031@qq.com
南阳市第四完全学校	15				15	段 轲	0377-61290903	alex59202448@qq.com
南阳市油田第四中学	5	5		5	15	何凤丽	0377-66085386	ytyzzyb@163.com
南阳市油田第一中学	12	5	5		22	何凤丽	0377-66085386	hnytlihaitao@sina.com
邓州市三贤高级中学	30	8	17		55	常晋琴	0377-60118185	58872152@qq.com
商召现代中学	35		20		55	朱长鑫	0377-67017081	66830880@qq.com
内乡县第三高级中学	40	15	25		80	罗朝辉	0377-65137505	nxsglch@126.com
南阳市宛西中等专业学校			5		5	衡昱君	0377-65286777	1244983926@qq.com
内乡县实验高级中学	10	10	30		50	李红强	0377-65319172	404348943@qq.com
唐河县第十九高级中学	20				20	杨 晨	0377-63910666	yl127130@163.com
唐河县新英才高级中学	20	10	20	5	55	杨楠楠	0377-68681668	thxycgz@163.com
唐河县中等职业学校	27				27	孙逢时	0377-68686699	15518959001@163.com
宛西育才实验学校	13		10	10	33	庞刘洋	0377-60949699	929839394@qq.com
淅川县第二高级中学	55				55	张楷宸	0377-69213354	360151281@qq.com
淅川县第五高级中学	20	10	10		40	温超峰	0377-69238773	67383809@qq.com
镇平县第一高级中学	40				40	李景耀	0377-83983346	136762751@qq.com
镇平县全兴学校	12		15		27	陈 伟	0377-65900618	quanxingshuangyu@126.co

附件2

2026年南阳市体育特长生报名汇总表

1. 报考类别：体育

姓名	性别	中招报名序号	身份证号	报考学校	报考类别	考试专项	毕业学校

2. 考试专项：田径（400米、跳远、铅球）、篮球、足球等选报一项。

2026年南阳市音乐、舞蹈特长生报名汇总表

1. 报考类别：音乐，舞蹈

姓名	性别	中招报名序号	身份证号	报考学校	报考类别	考试专项	毕业学校

2. 考试专项：音乐选声乐、器乐，舞蹈选报一项。

2026年南阳市美术特长生报名汇总表

1. 报考类别：美术

姓名	性别	中招报名序号	身份证号	报考学校	报考类别	考试专项	毕业学校

2. 考试专项：绘画、书法选报一项。

2026年南阳市普通高中体育艺术特长生报名表

姓 名		性 别		张 贴 二 寸 照 片
毕业学校		民 族		
报考学校		身份证号		
报考类别		考试专项		
中招报名序号				
初中阶段参加体育艺术活动及获奖情况				
主要社会关系	称 谓	姓 名	工作单位及职务	联系电话
考生承诺	考生本人及家长已获知并理解体育、艺术特长生招考相关规定和要求，承诺所提交考生本人的报名资料真实，并诚信参加考试。			
学校意见	<p style="text-align: center;">校长（签字）：</p> <p style="text-align: right;">年 月 日</p>			

1. 报考类别：体育、音乐、美术、舞蹈。

2. 考试专项：体育：400米、跳远、铅球、篮球、足球、排球、击剑等。

音乐：声乐、器乐。美术：绘画、书法。舞蹈。

附件4

2026年南阳市普通高中体育艺术特长生测试合格名单汇总表

招生学校（加盖公章）：

序号	考生姓名	性别	中招报名序号	身份证号	毕业学校	合格专业	合格分数

说明：各招生学校把合格学生名单（1:1.2比例），于5月26前以excel格式，以光盘形式上报市教育局体卫艺科。分类分表，体育类：田径、篮球、足球、击剑（分男女排序）等。音乐（器乐、声乐）。美术（绘画、书法）。舞蹈。

附件5

2026 年南阳市普通高中体育艺术特长生专业 考试项目、办法和评分标准

一、体育

(一) 身体素质考试项目 (为考生必考项目, 80 分)

1. 100 米跑 (40 分)

2. 立定跳远 (40 分)

(二) 专项技术考试项目 (篮球 40 分)

(三) 各项目评分标准

男子 100 米评分表

成绩计算单位: 秒

成绩	分值	成绩	分值	成绩	分值	成绩	分值
11.3	40.00	12.3	29.33	13.3	18.69	14.3	8.11
11.4	38.93	12.4	28.27	13.4	17.63	14.4	7.07
11.5	37.87	12.5	27.20	13.5	16.56	14.5	6.00
11.6	36.80	12.6	26.13	13.6	15.52	14.6	4.96
11.7	35.73	12.7	25.07	13.7	14.45	14.7	3.89
11.8	34.67	12.8	24.00	13.8	13.39	14.8	2.85
11.9	33.57	12.9	22.93	13.9	12.35	14.9	1.79
12.0	32.51	13.0	21.87	14.0	11.28	15.0	0.75
12.1	31.44	13.1	20.83	14.1	10.21		
12.2	30.37	13.2	19.76	14.2	9.17		

男子立定跳远评分表

成绩计算单位: 米

成绩	分值	成绩	分值	成绩	分值	成绩	分值
2.86	40.00	2.60	29.84	2.34	19.73	2.08	9.65
2.85	39.60	2.59	29.44	2.33	19.33	2.07	9.25
2.84	39.23	2.58	29.07	2.32	18.96	2.06	8.88
2.83	38.83	2.57	28.67	2.31	18.56	2.05	8.48
2.82	38.43	2.56	28.29	2.30	18.16	2.04	8.11
2.81	38.05	2.55	27.89	2.29	17.79	2.03	7.71
2.80	37.65	2.54	27.49	2.28	17.39	2.02	7.33
2.79	37.25	2.53	27.12	2.27	17.01	2.01	6.93
2.78	36.88	2.52	26.72	2.26	16.61	2.00	6.56
2.77	36.48	2.51	26.35	2.25	16.24	1.99	6.16
2.76	36.08	2.50	25.95	2.24	15.84	1.98	5.79
2.75	35.71	2.49	25.55	2.23	15.47	1.97	5.39
2.74	35.31	2.48	25.17	2.22	15.07	1.96	5.01
2.73	34.91	2.47	24.77	2.21	14.69	1.95	4.64
2.72	34.53	2.46	24.40	2.20	14.29	1.94	4.24
2.71	34.13	2.45	24.00	2.19	13.92	1.93	3.87
2.70	33.73	2.44	23.60	2.18	13.52	1.92	3.47
2.69	33.36	2.43	23.23	2.17	13.12	1.91	3.09
2.68	32.96	2.42	22.83	2.16	12.75	1.90	2.69
2.67	32.56	2.41	22.45	2.15	12.35	1.89	2.32

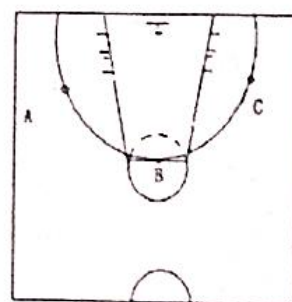
2.66	32.19	2.40	22.05	2.14	11.97	1.88	1.92
2.65	31.79	2.39	21.68	2.13	11.57	1.87	1.55
2.64	31.41	2.38	21.28	2.12	11.20	1.86	1.15
2.63	31.01	2.37	20.88	2.11	10.80	1.85	0.77
2.62	30.61	2.36	20.51	2.10	10.43	1.84	0.37
2.61	30.24	2.35	20.11	2.09	10.03	1.83	0.00

颠球 (男、女)						20M运球过杆射门					
次数	分值	次数	分值	次数	分值	男	女	分值	男	女	分值
10	2.0	28	5.6	46	9.8	12 ⁵	14 ⁰	4.0	10 ⁷	12 ²	8.9
11	2.2	29	5.8	47	10.1	12 ⁴	13 ⁹	4.2	10 ⁶	12 ¹	9.2
12	2.4	30	6.0	48	10.4	12 ³	13 ⁸	4.4	10 ⁵	12 ⁰	9.5
13	2.6	31	6.2	49	10.7	12 ²	13 ⁷	4.6	10 ⁴	11 ⁹	9.8
14	2.8	32	6.4	50	11.0	12 ¹	13 ⁶	4.8	10 ³	11 ⁸	10.1
15	3.0	33	6.6	51	11.3	12 ⁰	13 ⁵	5.0	10 ²	11 ⁷	10.4
16	3.2	34	6.8	52	11.6	11 ⁹	13 ⁴	5.3	10 ¹	11 ⁶	10.7
17	3.4	35	7.0	53	11.9	11 ⁸	13 ³	5.6	10 ⁰	11 ⁵	11.0
18	3.6	36	7.2	54	12.2	11 ⁷	13 ²	5.9	9 ⁹	11 ⁴	11.2
19	3.8	37	7.4	55	12.5	11 ⁶	13 ¹	6.2	9 ⁸	11 ³	11.4
20	4.0	38	7.6	56	12.8	11 ⁵	13 ⁰	5.5	9 ⁷	11 ²	11.6
21	4.2	39	7.8	57	13.1	11 ⁴	12 ⁹	6.8	9 ⁶	11 ¹	11.8
22	4.4	40	8.0	58	13.4	11 ³	12 ⁸	7.1	9 ⁵	11 ⁰	12.0
23	4.6	41	8.3	59	13.7	11 ²	12 ⁷	7.4	9 ⁴	10 ⁹	12.2
24	4.8	42	8.6	60	14.0	11 ¹	12 ⁶	7.7	9 ³	10 ⁸	12.4
25	5.0	43	8.9			11 ⁰	12 ⁵	8.0	9 ²	10 ⁷	12.6
26	5.2	44	9.2			10 ⁹	12 ⁴	8.3	9 ¹	10 ⁶	12.8
27	5.4	45	9.5			10 ⁸	12 ³	8.6	9 ⁰	10 ⁵	13.0

篮球专项技术测试及评分细则

1分钟投篮 (10分)

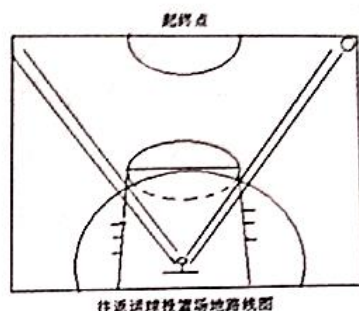
考试办法与要求：以篮圈投影中心点为圆心，以该点至罚球线的距离为半径，画一圆弧。考生持球站在圆弧线外A、B、C (45°、90°、45°) 任意点上，听到“开始”口令后，开始投篮，并计时；投篮时不得踏线或过线；抢篮板球后运球至弧线外时不得违例，违例投中无效；投篮动作单手双手不限，A、B、C三个投篮点不得重复使用，连续投篮一分钟，计投中次数。每人一次机会。



一分钟投篮场地图

一分钟投篮评分表

男	8次	7	6	5	4	3	2	1
分值	10	8	6	5	4	3	2	1
女	6次	5	4		3	2		1



往返运球投篮场地示意图

往返运球投篮 (20分)

考试办法与要求：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，仍以右手运球至左侧边线中点；然后折返用左手运球上篮；投中篮后，仍以左手运球回到原起点；同样再重复上述运球投篮一次，回到原起点停表。

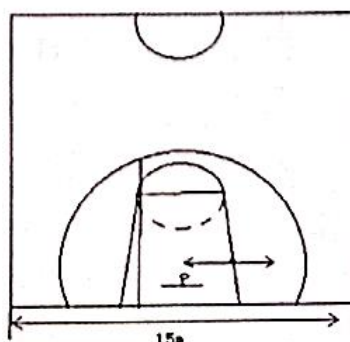
运球必须正常连续，按左、右手规定要求进行，不得远推运球上篮和走步违例；投球必须中篮才能继续前进；投篮手型手法不限，左、右手投篮均可。犯规违例一次，时间增加1秒；4次犯规或违例，该项成绩为零分。每人一次机会。

往返运球投篮评分表

男(秒)	分值	女(秒)	男(秒)	分值	女(秒)
28	20	33	35	13	40
28.5	19.5	33.5	35.5	12	40.5
29	19	34	36	11	41
29.5	18.5	34.5	36.5	10	41.5
30	18	35	37	9	42
30.5	17.5	35.5	37.5	8	42.5
31	17	36	38	7	43
31.5	16.5	36.5	38.5	6	43.5
32	16	37	39	5	44
32.5	15.5	37.5	39.5	4	44.5
33	15	38	40	3	45
33.5	14.5	38.5	40.5	2	45.5
34	14	39	41	1	46
34.5	13.5	39.5			

助跑摸高 (10分)

考试办法与要求：以篮圈投影中心点为圆心、6.25米为半径，划一



15m

圈弧（即三分投篮区内），为助跑区域。考生可任选一点助跑，单脚起跳摸高。

考生助跑必须在助跑区域内进行；以单脚起跳；用左手或右手触及摸高器有效区域，并给予适当力度。未触及摸高器有效部位或双脚起跳者，为犯规，不计成绩。触摸未及上线按下线分数计。每人连续试跳两次，取最优成绩为决定成绩。

助跑摸高评分表

男（米）	分值	女（米）
3.10	10	2.80
3.08	8	2.78
3.06	6	2.75
3.04	5	2.72
3.02	4	2.70
3.00	3	2.68
2.96	2	2.65
2.93	1	2.63

二、音乐

考试科目由主科专项（声乐、器乐考生任选其一）和音乐素养考试组成，主科满分为100分，音乐素养满分为20分。总分为120分。舞蹈满分为100分。舞蹈不考音乐素养。考试采用个体现场测试。

（一）声乐。主要从考生声音条件、演唱方法、表现能力与作品难度等方面进行考核。考生自选一首曲目，时间控制在5分钟以内，主要用美声、民族和通俗唱法演唱考试（通俗唱法考生自备伴奏音乐U盘，其他考生自行准备钢琴伴奏音乐U盘，文件统一格式为MP3）。要求思想内容健康，吐字清楚，音准节奏正确，有良好的乐感和演唱气质，表现能力强。

(二) 器乐。主要从考生演奏方法、演奏技巧、表现能力与作品难度等方面进行考核。考生可自选乐器种类(主要包括键盘乐器、西洋管弦乐器、民族管弦乐器等),演奏一首作品,时间控制在5分钟以内,除钢琴以外,其他乐器考生自备。要求音准、节奏均好,演奏方法正确,演奏技巧高,表现力强。

(三) 音乐素养考试形式及要求

声乐类、器乐类考生音乐素养考试为视唱。

视唱。主要从考生音准、节拍节奏、视谱能力、表现能力等方面进行考核。现场随机抽取考试题目,视唱试题为五线谱和简谱,声乐和西洋乐唱五线谱,民乐可唱简谱。难度设置在“八小节以内,无升无降的C调”。

三、美术

(一) 绘画

1. 素描(铅笔、炭铅不限) 60分

① 造型(包括:形体比例、形体结构、透视关系、体面关系完成情况)20分。

② 构图(包括:构图主次关系、前后关系、对称、呼应关系完成情况)10分。

③ 画面效果(包括:虚实、空间、质感、量感等处理情况,画面黑白灰整体效果完成情况)30分。

2. 色彩(水粉、水彩不限) 60分

① 造型(包括:形体比例、形体结构、透视关系、体

面关系完成情况) 20分。

② 构图(包括:构图主次关系、前后关系、对称、呼应关系完成情况) 10分。

③ 画面效果包括:色彩关系(调色)、色彩技法(用笔技法、湿干厚薄)等处理,画面整体色彩效果完成情况 30分。

(二) 书法

1. 书法毛笔临摹作品评分标准及要求(60分)

① 技法(包括:所选碑帖基本笔法、技法、点画生动准确) 20分。

② 结构(能准确表达汉字造型、结构与比例准确、点画呼应、形神兼备、能准确写出原碑帖风貌) 20分。

③ 章法(正文临摹内容完整、落款与正文和谐统一、落款无误) 20分。

2. 书法“命题书法创作”考试评分标准及要求(60分)

① 技法(包括:创作所用基本技法娴熟、用笔与原帖风格一致、点画准确生动) 20分。

② 结构(汉字造型准确、点画呼应、形神兼备、既与原帖风貌吻合,又能体现艺术个性与审美追求) 20分。

③ 章法(正文创作内容完整、落款与正文和谐统一、字与字及行与行之间顾盼生动、不得汉字繁简混用) 20分。