



# 中华人民共和国国家标准

GB/T 43989—2024

## 健美操课程学生运动能力测评规范

Evaluation specification for student's athletic ability of aerobics course

2024-05-28 发布

2024-05-28 实施

国家市场监督管理总局  
国家标准化管理委员会 发布

## 目 次

前言 .....	III
1 范围 .....	1
2 规范性引用文件 .....	1
3 术语和定义 .....	1
4 等级划分与达标要求 .....	2
4.1 等级划分 .....	2
4.2 等级达标要求 .....	2
5 运动能力测评 .....	8
5.1 场地器材 .....	8
5.2 测评员工作 .....	8
5.3 一级测评 .....	9
5.4 二级测评 .....	9
5.5 三级测评 .....	10
5.6 四级测评 .....	10
5.7 五级测评 .....	11
5.8 六级测评 .....	12
附录 A (资料性) 健美操基本步伐类别 .....	14
附录 B (规范性) 学生健美操一级推广套路动作说明 .....	15
B.1 学生健美操一级推广套路组合一 .....	15
B.2 学生健美操一级推广套路组合二 .....	15
B.3 学生健美操一级推广套路组合三(第二风格组合) .....	16
B.4 学生健美操一级推广套路组合四 .....	17
B.5 学生健美操一级推广套路组合五 .....	17
附录 C (规范性) 学生健美操二级推广套路动作说明 .....	19
C.1 学生健美操二级推广套路组合一 .....	19
C.2 学生健美操二级推广套路组合二 .....	20
C.3 学生健美操二级推广套路组合三(第二风格组合) .....	20
C.4 学生健美操二级推广套路组合四 .....	21
C.5 学生健美操二级推广套路组合五 .....	22
附录 D (规范性) 学生健美操三级推广套路动作说明 .....	24
D.1 学生健美操三级推广套路组合一 .....	24
D.2 学生健美操三级推广套路组合二 .....	25
D.3 学生健美操三级推广套路组合三(第二风格组合) .....	25
D.4 学生健美操三级推广套路组合四 .....	26
D.5 学生健美操三级推广套路组合五 .....	27
D.6 学生健美操三级推广套路组合六 .....	28

附录 E (规范性) 学生健美操四级推广套路动作说明 .....	30
E.1 学生健美操四级推广套路组合一 .....	30
E.2 学生健美操四级推广套路组合二 .....	31
E.3 学生健美操四级推广套路组合三(第二风格组合) .....	31
E.4 学生健美操四级推广套路组合四 .....	32
E.5 学生健美操四级推广套路组合五 .....	33
附录 F (规范性) 学生健美操五级推广套路动作说明 .....	35
F.1 学生健美操五级推广套路组合一 .....	35
F.2 学生健美操五级推广套路组合二 .....	36
F.3 学生健美操五级推广套路组合三 .....	37
F.4 学生健美操五级推广套路组合四 .....	37
F.5 学生健美操五级推广套路组合五 .....	38
附录 G (规范性) 学生健美操六级推广套路动作说明 .....	40
G.1 学生健美操六级推广套路组合一 .....	40
G.2 学生健美操六级推广套路组合二 .....	41
G.3 学生健美操六级推广套路组合三(第二风格组合) .....	43
G.4 学生健美操六级推广套路组合四 .....	44
G.5 学生健美操六级推广套路组合五 .....	46
参考文献 .....	47

## 前 言

本文件按照 GB/T 1.1—2020《标准化工作导则 第 1 部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

请注意本文件的某些内容可能涉及专利。本文件的发布机构不承担识别专利的责任。

本文件由中华人民共和国教育部提出并归口。

本文件起草单位：中国教育科学研究院、上海财经大学、中国人民大学附属中学第二分校、北京联合大学、上海市莘庄中学、河南大学、北京师范大学、课程教材研究所、郑州航空工业管理学院、首都体育学院、北京市海淀区教育学会、清华大学附属中学永丰学校、上海市闵行区鹤北小学、成都佳发安泰教育科技股份有限公司、成都市金牛区教育科学研究院。

本文件主要起草人：于素梅、顾雪兰、司亚莉、唐红斌、蒋燕芳、李敏、张繁、黄艳、张广斌、王焱源、宋金美、王银银、闫顺林、李新浩、王佳雯、吴雄、李玲。

# 健美操课程学生运动能力测评规范

## 1 范围

本文件规定了健美操课程学生运动能力等级划分与达标要求,描述了各等级测评方法。  
本文件适用于小学、初中、高中、大学各学段学生健美操运动能力的测评。

## 2 规范性引用文件

本文件没有规范性引用文件。

## 3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

### 3.1

**健美操课程学生运动能力** **student's athletic ability of aerobics course**

学生在健美操课程学练活动中形成的,跟随音乐应用操化动作和技巧动作在展示或比赛中完成特定任务的综合表现。

### 3.2

**操化动作** **aerobic movement pattern**

健美操基本步伐与手臂动作的结合,在音乐伴奏下,创造出动感的、有节奏的、连续的并包含高低不同强度的一连串动作。

### 3.3

**基本步伐** **basic step**

在特定节奏下各种走、跑、跳及舞步的运动方法。

注:见附录 A 的表 A.1。基本步伐在完成时有高冲击、低冲击和无冲击 3 种方式。

### 3.4

**手臂动作** **arm movements**

运用多种手臂的对称和不对称以及有节奏变化的举、摆动、绕和绕环动作,以正确的表现形式展示从一个位置到另一个位置的轨迹。

### 3.5

**难度动作** **difficulty elements**

需要较高技术水平和身体素质完成的体现力量、柔韧、跳跃、支撑、平衡、转体等类型的动作。

注:难度动作包含地面、站立和空中 3 组,分值为 0.1~1.0。

### 3.6

**过渡动作** **transition**

体现空间(地面、站立和空中)转换的一类动作。

### 3.7

**连接动作** **linking**

不同类型动作之间没有空间变换的衔接动作。