

附表1 男生单项评分表

| 等级 | 单项得分 | 体重指数 (BMI) | 1000米 | 1000米 | 引体向上 | 引体向上 | 立定跳远 | 立定跳远 | 坐体前屈 | 坐体前屈 | 50米 | 50米 | 肺活量 | 肺活量 |
|-----|------|--------------------|--------------|--------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| | | | 一、二 | 三、四 | 一、二 | 三、四 | 一、二 | 三、四 | 一、二 | 三、四 | 一、二 | 三、四 | 一、二 | 三、四 |
| 优秀 | 100 | 17.9~23.9 | <u>3'17"</u> | <u>3'15"</u> | 19 | 20 | 273 | 275 | 24.9 | 25.1 | 6.7 | 6.6 | 5040 | 5140 |
| | 95 | | <u>3'22"</u> | <u>3'20"</u> | 18 | 19 | 268 | 270 | 23.1 | 23.3 | 6.8 | 6.7 | 4920 | 5020 |
| | 90 | | <u>3'27"</u> | <u>3'25"</u> | 17 | 18 | 263 | 265 | 21.3 | 21.5 | 6.9 | 6.8 | 4800 | 4900 |
| 良好 | 85 | | <u>3'34"</u> | <u>3'32"</u> | 16 | 17 | 256 | 258 | 19.5 | 19.9 | 7.0 | 6.9 | 4550 | 4650 |
| | 80 | ≤17.1 24.0~27.9 | <u>3'42"</u> | <u>3'40"</u> | 15 | 16 | 248 | 250 | 17.7 | 18.2 | 7.1 | 7.0 | 4300 | 4400 |
| 及格 | 78 | | <u>3'47"</u> | <u>3'45"</u> | | | 244 | 246 | 16.3 | 16.8 | 7.3 | 7.2 | 4180 | 4280 |
| | 76 | | <u>3'52"</u> | <u>3'50"</u> | 14 | 15 | 240 | 242 | 14.9 | 15.4 | 7.5 | 7.4 | 4060 | 4160 |
| | 74 | | <u>3'57"</u> | <u>3'55"</u> | | | 236 | 238 | 13.5 | 14.0 | 7.7 | 7.6 | 3940 | 4040 |
| | 72 | | <u>4'02"</u> | <u>4'00"</u> | 13 | 14 | 232 | 234 | 12.1 | 12.6 | 7.9 | 7.8 | 3820 | 3920 |
| | 70 | | <u>4'07"</u> | <u>4'05"</u> | | | 228 | 230 | 10.7 | 11.2 | 8.1 | 8.0 | 3700 | 3800 |
| | 68 | | <u>4'12"</u> | <u>4'10"</u> | 12 | 13 | 224 | 226 | 9.3 | 9.8 | 8.3 | 8.2 | 3580 | 3680 |
| | 66 | | <u>4'17"</u> | <u>4'15"</u> | | | 220 | 222 | 7.9 | 8.4 | 8.5 | 8.4 | 3460 | 3560 |
| | 64 | | <u>4'22"</u> | <u>4'20"</u> | 11 | 12 | 216 | 218 | 6.5 | 7.0 | 8.7 | 8.6 | 3340 | 3440 |
| | 62 | | <u>4'27"</u> | <u>4'25"</u> | | | 212 | 214 | 5.1 | 5.6 | 8.9 | 8.8 | 3220 | 3320 |
| | 60 | ≥28.0 | <u>4'32"</u> | <u>4'30"</u> | 10 | 11 | 208 | 210 | 3.7 | 4.2 | 9.1 | 9.0 | 3100 | 3200 |
| 不及格 | 50 | | <u>4'52"</u> | <u>4'50"</u> | 9 | 10 | 203 | 205 | 2.7 | 3.2 | 9.3 | 9.2 | 2940 | 3030 |
| | 40 | | <u>5'12"</u> | <u>5'10"</u> | 8 | 9 | 198 | 200 | 1.7 | 2.2 | 9.5 | 9.4 | 2780 | 2860 |
| | 30 | | <u>5'32"</u> | <u>5'30"</u> | 7 | 8 | 193 | 195 | 0.7 | 1.2 | 9.7 | 9.6 | 2620 | 2690 |
| | 20 | | <u>5'52"</u> | <u>5'50"</u> | 6 | 7 | 188 | 190 | -0.3 | 0.2 | 9.9 | 9.8 | 2460 | 2520 |
| | 10 | | <u>6'12"</u> | <u>6'10"</u> | 5 | 6 | 183 | 185 | -1.3 | -0.8 | 10.1 | 10.0 | 2300 | 2350 |

附表2 女生单项评分表

| 等级 | 单项得分 | 体重指数 (BMI) | 800 米 | 800 米 | 仰卧起坐 | 仰卧起坐 | 立 定 跳远 | 立 定 跳远 | 坐体前屈 | 坐 体 前 屈 | 50 米 | 50 米 | 肺活量 | 肺活量 |
|-----|------|--------------------|--------------|--------------|------|------|--------|--------|------|---------|------|------|------|------|
| | | | 一、二 | 三、四 | 一、二 | 三、四 | 一、二 | 三、四 | 一、二 | 三、四 | 一、二 | 三、四 | 一、二 | 三、四 |
| 优秀 | 100 | 17.2~23.9 | <u>3'18"</u> | <u>3'16"</u> | 56 | 57 | 207 | 208 | 25.8 | 26.3 | 7.5 | 7.4 | 3400 | 3450 |
| | 95 | | <u>3'24"</u> | <u>3'22"</u> | 54 | 55 | 201 | 202 | 24.0 | 24.4 | 7.6 | 7.5 | 3350 | 3400 |
| | 90 | | <u>3'30"</u> | <u>3'28"</u> | 52 | 53 | 195 | 196 | 22.2 | 22.4 | 7.7 | 7.6 | 3300 | 3350 |
| 良好 | 85 | | <u>3'37"</u> | <u>3'35"</u> | 49 | 50 | 188 | 189 | 20.6 | 21.0 | 8.0 | 7.9 | 3150 | 3200 |
| | 80 | ≤17.1 24.0~27.9 | <u>3'44"</u> | <u>3'42"</u> | 46 | 47 | 181 | 182 | 19.0 | 19.5 | 8.3 | 8.2 | 3000 | 3050 |
| 及格 | 78 | | <u>3'49"</u> | <u>3'47"</u> | 44 | 45 | 178 | 179 | 17.7 | 18.2 | 8.5 | 8.4 | 2900 | 2950 |
| | 76 | | <u>3'54"</u> | <u>3'52"</u> | 42 | 43 | 175 | 176 | 16.4 | 16.9 | 8.7 | 8.6 | 2800 | 2850 |
| | 74 | | <u>3'59"</u> | <u>3'57"</u> | 40 | 41 | 172 | 173 | 15.1 | 15.6 | 8.9 | 8.8 | 2700 | 2750 |
| | 72 | | <u>4'04"</u> | <u>4'02"</u> | 38 | 39 | 169 | 170 | 13.8 | 14.3 | 9.1 | 9.0 | 2600 | 2650 |
| | 70 | | <u>4'09"</u> | <u>4'07"</u> | 36 | 37 | 166 | 167 | 12.5 | 13.0 | 9.3 | 9.2 | 2500 | 2550 |
| | 68 | | <u>4'14"</u> | <u>4'12"</u> | 34 | 35 | 163 | 164 | 11.2 | 11.7 | 9.5 | 9.4 | 2400 | 2450 |
| | 66 | | <u>4'19"</u> | <u>4'17"</u> | 32 | 33 | 160 | 161 | 9.9 | 10.4 | 9.7 | 9.6 | 2300 | 2350 |
| | 64 | | <u>4'24"</u> | <u>4'22"</u> | 30 | 31 | 157 | 158 | 8.6 | 9.1 | 9.9 | 9.8 | 2200 | 2250 |
| | 62 | | <u>4'29"</u> | <u>4'27"</u> | 28 | 29 | 154 | 155 | 7.3 | 7.8 | 10.1 | 10.0 | 2100 | 2150 |
| | 60 | ≥28.0 | <u>4'34"</u> | <u>4'32"</u> | 26 | 27 | 151 | 152 | 6.0 | 6.5 | 10.3 | 10.2 | 2000 | 2050 |
| 不及格 | 50 | | <u>4'44"</u> | <u>4'42"</u> | 24 | 25 | 146 | 147 | 5.2 | 5.7 | 10.5 | 10.4 | 1960 | 2010 |
| | 40 | | <u>4'54"</u> | <u>4'52"</u> | 22 | 23 | 141 | 142 | 4.4 | 4.9 | 10.7 | 10.6 | 3400 | 3450 |
| | 30 | | <u>5'04"</u> | <u>5'02"</u> | 20 | 21 | 136 | 137 | 3.6 | 4.1 | 10.9 | 10.8 | 3350 | 3400 |
| | 20 | | <u>5'14"</u> | <u>5'12"</u> | 18 | 19 | 131 | 132 | 2.8 | 3.3 | 11.1 | 11.0 | 3300 | 3350 |
| | 10 | | <u>5'24"</u> | <u>5'22"</u> | 16 | 17 | 126 | 127 | 2.0 | 2.5 | 11.3 | 11.2 | 3150 | 3200 |

男生引体向上加分评分表 (单位: 次)

| 加分 | 大一大二 | 大三大四 |
|----|------|------|
| 10 | 10 | 10 |
| 9 | 9 | 9 |
| 8 | 8 | 8 |
| 7 | 7 | 7 |
| 6 | 6 | 6 |
| 5 | 5 | 5 |
| 4 | 4 | 4 |
| 3 | 3 | 3 |
| 2 | 2 | 2 |
| 1 | 1 | 1 |

女生一分钟仰卧起坐加分评分表 (单位: 次)

| 加分 | 大一大二 | 大三大四 |
|----|------|------|
| 10 | 13 | 13 |
| 9 | 12 | 12 |
| 8 | 11 | 11 |
| 7 | 10 | 10 |
| 6 | 9 | 9 |
| 5 | 8 | 8 |
| 4 | 7 | 7 |
| 3 | 6 | 6 |
| 2 | 4 | 4 |
| 1 | 2 | 2 |

注:引体向上、一分钟仰卧起坐均为高优指标, 学生成绩超过单项评分 100 分后, 以超过的次数所对应的分数进行加分。

| 加分 | 大一大二 | 大三大四 |
|----|------|------|
| 10 | -35" | -35" |
| 9 | -32" | -32" |
| 8 | -29" | -29" |
| 7 | -26" | -26" |
| 6 | -23" | -23" |
| 5 | -20" | -20" |
| 4 | -16" | -16" |
| 3 | -12" | -12" |
| 2 | -8" | -8" |
| 1 | -4" | -4" |

男生 1000 米跑加
位: 分·秒)
加分评分表(单位:

| 加分 | 大一大二 | 大三大四 |
|----|------|------|
| 10 | -50" | -50" |
| 9 | -45" | -45" |
| 8 | -40" | -40" |
| 7 | -35" | -35" |
| 6 | -30" | -30" |
| 5 | -25" | -25" |
| 4 | -20" | -20" |
| 3 | -15" | -15" |
| 2 | -10" | -10" |
| 1 | -5" | -5" |

分评分表 (单
女生 800 米跑
分·秒)

注: 1000 米跑、800 米跑均为低优指标, 学生成绩低于单项评分 100 分后, 以减少的秒数所对应的分数进行加分。