附件2：

男子体能测试项目及标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项 目 | 体能测试成绩对应分值、测试办法 | | | | | | | | | 备注 |
| 60 | 65 | 70 | 75 | 80 | 85 | 90 | 95 | 100 |
| 3000米跑 | 14′50″ | 14′30″ | 14′10″ | 13′50″ | 13′30″ | 13′10″ | 12′50″ | 12′40″ | 12′30″ |  |
| 分组考核，考核以完成时间计算成绩。 | | | | | | | | |
| 双杠  臂屈伸 | 14 | 16 | 18 | 20 | 22 | 24 | 26 | 28 | 30 |  |
| 考核以完成次数计算成绩，超过最高次数的按照满分计算。 | | | | | | | | |
| 单杠  引体向上 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 14 | 16 |  |
| 考核以完成次数计算成绩，超过最高次数的按照满分计算。 | | | | | | | | |  |
| 备 注 | 测试项目及标准中“以上”“以下”均含本级、本数。 | | | | | | | | |  |

女子体能测试项目及标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项 目 | 体能测试成绩对应分值、测试办法 | | | | | | | | | 备注 |
| 60 | 65 | 70 | 75 | 80 | 85 | 90 | 95 | 100 |
| 1500米跑 | 8′30″ | 8′25″ | 8′20″ | 8′15″ | 8′10″ | 8′05″ | 8′00″ | 7′55″ | 7′50″ |  |
| 分组考核，考核以完成时间计算成绩。 | | | | | | | | |
| 单杠  屈臂悬垂 | 29″ | 32″ | 35″ | 40″ | 45″ | 50″ | 55″ | 57″ | 59″ |  |
| 考核以完成时间计算成绩。 | | | | | | | | |
| 1分钟  跳绳 | 90 | 95 | 100 | 105 | 110 | 115 | 120 | 125 | 130 |  |
| 考核以完成次数计算成绩，超过最高次数的按照满分计算。 | | | | | | | | |  |
| 备 注 | 测试项目及标准中“以上”“以下”均含本级、本数。 | | | | | | | | |  |