

体能测试评分表

一、长跑

分值 \ 项目	1000米	800米
	男子组	女子组
100	3'05"	3'00"
90	3'25"	3'20"
80	3'45"	3'40"
70	4'05"	4'00"
60	4'25"	4'20"
50	4'45"	4'40"
40	5'05"	5'00"
30	5'25"	5'20"
20	5'45"	5'40"
10	6'05"	6'00"
0	>6'05"	>6'00"

二、纵跳摸高

分值 \ 项目	纵跳摸高	
	男子组 (厘米)	女子组 (厘米)
100	285	250
90	280	245
80	275	240
70	270	235
60	265	230
50	260	225
40	255	220
30	250	215
20	245	210
10	240	205
0	<240	<205