|  |
| --- |
| **体能测试评分标准** |
| 成  绩 项  目 | 60分 | 70分 | 80分 | 90分 | 100分 |
| 1分钟俯卧撑 | 26次 | 29次 | 33次 | 36次 | 41次 |
| 10米\*4往返跑 | 12.5秒 | 12.1秒 | 11.8秒 | 11.5秒 | 11秒 |
| 1000米跑 | 4.35分 | 4.25分 | 4.14分 | 4.05分 | 3.5分 |
| 100米跑 | 16.4秒 | 15.7秒 | 15.0秒 | 14.5秒 | 14.0秒 |
| 1分钟跳绳 | 129次 | 132次 | 137次 | 140次 | 145次 |