

附件 2

体育学科素质测试项目及测试标准

一、测试项目

100 米、立定跳远和原地推铅球，共计三个项目。三项成绩总分不低于 150 分（含 150 分）为体育学科素质测试合格，否则为不合格。在体育学科素质测试前，考生需将手签的《体育学科素质测试安全承诺书》交至工作人员处，考试全程因考生自身原因造成无法参加任一单项体育学科素质测试的，则视为体育学科素质测试不合格。

二、测试方法与评分标准

1. 100 米

（1）测试方法

①按照准考证号顺序进行男女分组；

②100 米测试采用蹲踞式起跑，不用起跑器，采用“各就位”、“预备”、“鸣枪”的方式完成发令；对同一组考生来说，第一次起跑犯规的考生取消该项目的测试资格，没有该项目的测试成绩；允许考生穿跑鞋；

③采用手计时，手计时成绩应判读到较差的 1/10 秒。

（2）测试标准（单位：秒）

男子百米		女子百米	
成绩	分数	成绩	分数
11.3	100	12.8	100

11.4	97.32	12.9	98.72
11.5	94.64	13	97.44
11.6	92	13.1	96.24
11.7	89.32	13.2	95
11.8	86.64	13.3	93.72
11.9	83.92	13.4	92.44
12	81.24	13.5	91.2
12.1	78.6	13.6	90
12.2	75.92	13.7	88.72
12.3	73.32	13.8	87.44
12.4	70.64	13.9	86.2
12.5	68	14	84.92
12.6	65.32	14.1	83.72
12.7	62.64	14.2	82.44
12.8	60	14.3	81.2
12.9	57.32	14.4	79.92
13	54.64	14.5	78.72
13.1	52.04	14.6	77.44
13.2	49.4	14.7	76.2
13.3	46.72	14.8	74.92
13.4	44.04	14.9	73.72
13.5	41.4	15	71.84
13.6	38.8	15.1	71.2
13.7	36.12	15.2	70
13.8	33.44	15.3	68.72
13.9	30.84	15.4	67.44
14	28.2	15.5	66.2
14.1	25.52	15.6	65
14.2	22.92	15.7	63.72
14.3	20.24	15.8	62.44
		15.9	61.24
		16	60
		16.1	58.72
		16.2	57.52
		16.3	56.24
		16.4	55
		16.5	53.8
		16.6	52.52
		16.7	51.24
		16.8	50.04
		16.9	48.8
		17	47.6
		17.1	46.32

		17.2	45.04
		17.3	43.84
		17.4	42.6
		17.5	41.32
		17.6	40.12
		17.7	38.84
		17.8	37.64
		17.9	36.4
		18	35.2
		18.1	33.92
		18.2	32.64
		18.3	31.44
		18.4	30.2
		18.5	29
		18.6	27.72
		18.7	26.52
		18.8	25.24
		18.9	24.04
		19	22.8
		19.1	21.52
		19.2	20.32

2. 立定跳远

(1) 测试方法

①按照准考证号顺序进行男女分组，考生允许穿跑跳鞋。每位考生均有一次练习机会。之后每位考生均有两次正式跳机会，取最好一次成绩为最终成绩；

②立定跳远测试，起跳前考生必须两脚自然分开站立，站在起跳线后，脚尖不得踩线。两脚原地起跳，不得有垫步连跳动作。丈量起跳线至最近着地点的距离；

③成绩测量时，从身体落地痕迹的最近点取直线量至起跳线内沿，丈量最小单位为1厘米。

(2) 测试标准（单位：米）

男子立定跳远		女子立定跳远	
成绩	分数	成绩	分数
2.86	100	2.4	100
2.85	99	2.39	98.9
2.84	98.05	2.38	97.9
2.83	97.05	2.37	96.85
2.82	96.05	2.36	95.85
2.81	95.1	2.35	94.8
2.8	94.1	2.34	93.8
2.79	93.1	2.33	92.7
2.78	92.2	2.32	91.7
2.77	91.2	2.31	90.7
2.76	90.2	2.3	89.65
2.75	89.25	2.29	88.65
2.74	88.25	2.28	87.65
2.73	87.25	2.27	86.65
2.72	86.3	2.26	85.6
2.71	85.3	2.25	84.6
2.7	84.3	2.24	83.6
2.69	83.4	2.23	82.6
2.68	82.4	2.22	81.6
2.67	81.4	2.21	80.6
2.66	80.45	2.2	79.6
2.65	79.45	2.19	78.6
2.64	78.5	2.18	77.6
2.63	77.5	2.17	76.6
2.62	76.5	2.16	75.6
2.61	75.6	2.15	74.6
2.6	74.6	2.14	73.65
2.59	73.6	2.13	72.65
2.58	72.65	2.12	71.65
2.57	71.65	2.11	70.65
2.56	70.7	2.1	69.7
2.55	69.7	2.09	68.7
2.54	68.7	2.08	67.7
2.53	67.8	2.07	66.8
2.52	66.8	2.06	65.8
2.51	65.85	2.05	64.8
2.5	64.85	2.04	63.85
2.49	63.85	2.03	62.85
2.48	62.9	2.02	61.9
2.47	61.9	2.01	60.9
2.46	61	2	60

2.45	60	1.99	59.05
2.44	59	1.98	58.05
2.43	58.05	1.97	57.1
2.42	57.05	1.96	56.2
2.41	56.1	1.95	55.2
2.4	55.1	1.94	54.25
2.39	54.2	1.93	53.3
2.38	53.2	1.92	52.3
2.37	52.2	1.91	51.4
2.36	51.25	1.9	50.45
2.35	50.25	1.89	49.5
2.34	49.3	1.88	48.6
2.33	48.3	1.87	47.65
2.32	47.4	1.86	46.7
2.31	46.4	1.85	45.8
2.3	45.4	1.84	44.85
2.29	44.45	1.83	43.9
2.28	43.45	1.82	43
2.27	42.5	1.81	42.05
2.26	41.5	1.8	41.1
2.25	40.6	1.79	40.2
2.24	39.6	1.78	39.25
2.23	38.65	1.77	38.3
2.22	37.65	1.76	37.3
2.21	36.7	1.75	36.45
2.2	35.7	1.74	35.6
2.19	34.8	1.73	34.65
2.18	33.8	1.72	33.7
2.17	32.8	1.71	32.8
2.16	31.85	1.7	31.9
2.15	30.85	1.69	31
2.14	29.9	1.68	30.05
2.13	28.9	1.67	29.2
2.12	28	1.66	28.25
2.11	27	1.65	27.4
2.1	26.05	1.64	26.45
2.09	25.05	1.63	25.5
2.08	24.1	1.62	24.65
2.07	23.1	1.61	23.7
2.06	22.2	1.6	22.85
2.05	21.2	1.59	22
2.04	20.25	1.58	21.05
		1.57	20.2

3. 原地推铅球

(1) 测试方法

①按照准考证号顺序进行男女分组，铅球重量为男 5 公斤，女 4 公斤；

②考生进入投掷圈做好预备姿势后，直至球出手前，两脚不能离开地面，不准采取滑动、旋转等姿势。其他规则同铅球比赛的规则要求；

③每位考生均有一次练习机会。之后每位考生均有两次正式投掷机会，取最好一次试投成绩为最终成绩；

④成绩测量时，从铅球球体落地痕迹的最近点取直线量至投掷圈内沿，测量线应通过投掷圈圆心。丈量最小单位为 1 厘米。

(2) 测试标准（单位：米）

男子铅球		女子铅球	
成绩	分数	成绩	分数
12	100	9.6	100
11.9	98.8	9.5	98.68
11.8	97.52	9.4	97.32
11.7	96.32	9.3	96
11.6	95.12	9.2	94.68
11.5	93.92	9.1	93.32
11.4	92.72	9	92
11.3	91.44	8.9	90.68
11.2	90.24	8.8	89.28
11.1	89.04	8.7	87.92
11	87.84	8.6	86.6
10.9	86.6	8.5	85.28
10.8	85.4	8.4	83.92
10.7	84.2	8.3	82.6
10.6	83	8.2	81.28
10.5	81.8	8.1	79.92
10.4	80.52	8	78.6
10.3	78.52	7.9	77.28

10.2	78.12	7.8	75.92
10.1	76.92	7.7	74.6
10	75.72	7.6	73.28
9.9	74.52	7.5	71.92
9.8	73.24	7.4	70.6
9.7	72.04	7.3	69.32
9.6	70.84	7.2	68
9.5	69.64	7.1	66.68
9.4	68.44	7	65.32
9.3	67.24	6.9	64
9.2	66.04	6.8	62.68
9.1	64.8	6.7	61.32
9	63.6	6.6	60
8.9	62.4	6.5	58.68
8.8	61.04	6.4	57.32
8.7	60	6.3	56
8.6	58.8	6.2	54.68
8.5	57.6	6.1	53.4
8.4	56.4	6	52.08
8.3	55.2	5.9	50.72
8.2	54	5.8	49.4
8.1	52.72	5.7	48.08
8	51.72	5.6	46.72
7.9	50.32	5.5	45.4
7.8	49.12	5.4	44.08
7.7	47.92	5.3	42.8
7.6	46.72	5.2	41.48
7.5	45.52	5.1	40.12
7.4	44.32	5	38.8
7.3	43.12	4.9	37.48
7.2	41.92	4.8	36.2
7.1	40.72	4.7	34.88
7	39.52	4.6	33.52
6.9	38.32	4.5	32.2
6.8	37.12	4.4	30.88
6.7	35.56	4.3	29.6
6.6	34.72	4.2	28.28
6.5	33.52	4.1	26.92
6.4	32.32	4	25.6
6.3	31.12	3.9	24.32
6.2	29.92	3.8	23
6.1	28.72	3.7	21.68
6	27.52	3.6	20.32

5.9	26.32		
5.8	25.12		
5.7	23.92		
5.6	22.72		
5.5	21.52		
5.4	20.32		