

附件 1

## 长沙市初中学业水平体育与健康科目 考试项目评分标准

### (一) 身体素质测试, 共 30 分

#### 1. 必考项目 (20 分)

1000 米 跑(男) /800 米 跑(女) (分秒)	分值	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11
	男	3'50"	3'53"	3'55"	4'00"	4'05"	4'15"	4'25"	4'35"	4'55"	5'05"
	女	3'38"	3'40"	3'45"	3'50"	3'55"	4'05"	4'15"	4'30"	4'45"	4'50"
	分值	10	9	8	7	6	5	4	3	2	
	男	5'15"	5'25"	5'35"	5'45"	5'55"	6'05"	6'15"	6'25"	>6'25"	
	女	4'55"	5'00"	5'05"	5'10"	5'15"	5'20"	5'25"	5'30"	>5'30"	

#### 2. 选考项目 (10 分)

分值		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
引体 向上	男(次)	8	7	6	5	4	3		2		<2
仰卧 起坐	女(次)	45	40	36	32	28	24	20	16	12	<12
掷实 心球	男(米)	10.0	9.5	9.0	8.5	8.0	7.5	6.0	5.8	5.6	<5.6
	女(米)	7.5	7.2	6.8	6.5	6.0	5.8	5.6	5.4	5.2	<5.2
立定 跳远	男(米)	2.50	2.40	2.25	2.05	1.85	1.80	1.75	1.70	1.65	<1.65
	女(米)	2.02	1.90	1.76	1.60	1.46	1.40	1.35	1.30	1.25	<1.25
1 分 钟跳 绳	男(次)	180	160	140	120	100	90	80	70	60	<60
	女(次)	170	150	130	110	90	80	70	60	50	<50

## (二) 运动技能测试, 20分

分值	篮球运球绕杆 (秒)		足球运球绕杆 (秒)		排球正面 双手垫球 (次)		200米游泳 (分·秒)		乒乓球 左推右攻 (次)	羽毛球 击高远球 (分)
	男	女	男	女	男	女	男	女		
20	12.0	14.2	9.0	11.4	40	35	6'00"	6'30"	25	100
19	12.4	14.8	9.2	11.8	37	33	6'05"	6'35"	24	95
18	12.8	15.4	9.5	12.3	34	31	6'10"	6'40"	23	90
17	13.2	16.0	9.8	12.8	32	29	6'20"	6'50"	22	85
16	13.7	16.6	10.1	13.3	30	27	6'30"	7'00"	21	80
15	14.2	17.6	10.5	13.9	28	25	6'35"	7'05"	20	75
14	14.7	18.6	10.8	14.5	26	23	6'40"	7'10"	19	70
13	15.2	19.6	11.1	15.1	24	21	6'50"	7'20"	18	65
12	15.8	20.6	11.6	15.7	22	19	7'00"	7'30"	17	60
11	17.0	22.0	12.0	16.0	20	17	7'05"	7'35"	16	55
10	18.0	23.0	13.0	17.0	18	16	7'10"	7'40"	15	50
9	19.0	24.0	14.0	18.0	17	15	7'15"	7'45"	14	45
8	20.0	25.0	15.0	19.0	16	14	7'20"	7'50"	13	40
7	21.0	26.0	16.0	20.0	15	13	7'25"	7'55"	12	35
6	22.0	28.0	17.0	21.0	14	12	7'30"	8'00"	11	30
5	23.0	29.0	18.0	22.0	13	11	7'35"	8'05"	10	25
4	24.0	30.0	19.0	23.0	12	10	7'40"	8'10"	9	20
3	25.0	31.0	21.0	24.0	11	9	7'45"	8'15"	8	15
2	>25.0	>31.0	>21.0	>24.0	<11	<9	>7'45"	>8'15"	<8	<15