**湖南有色金属职业技术学院体育专项测试**

**方法与评分标准**

说 明

1. 本标准为百分制计分，身体素质测试成绩满分为100分。
2. 测试指标为定量指标。
3. 定量指标评分要求：各项目考试测量（计数、计时）人员不得少于三人，打分依据评分表，采用就低的原则，即未达到某一档次评分标准的，按低一档评分标准评分。考生定量指标成绩低于评分表最低值，计0分。

4、具体评分指标详见表一

5、身体素质得分计算方式：

各测试项目平均得分即为身体素质测试最终得分。

如：

男生得分：身体素质100分=（50米跑得分+1000米跑得分+引体向上得分+立定跳远得分）/4

女生得分：身体素质100分=（50米跑得分+800米跑得分+仰卧起坐+立定跳远得分）/4

**表一**

湖南有色金属职业技术学院体育专项测试评分标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 项目 | 50米跑（秒） | | 1000米跑（分′秒″） | 800米跑（分′秒″） | 引体向上（次） | 仰卧起坐（分·次） | 立定跳远（厘米） | |
| 性别 | 男生 | 女生 | 男生 | 女生 | 男生 | 女生 | 男生 | 女生 |
| 分  数 | 100 | 6.7 | 7.5 | 3′ 17″ | 3′18″ | 19 | 56 | 273 | 207 |
| 95 | 6.8 | 7.6 | 3′22″ | 3′24″ | 18 | 54 | 268 | 201 |
| 90 | 6.9 | 7.7 | 3′27″ | 3′30″ | 17 | 52 | 263 | 195 |
| 85 | 7 | 8 | 3′34″ | 3′37″ | 16 | 49 | 256 | 188 |
| 80 | 7.1 | 8.3 | 3′42″ | 3′44″ | 15 | 46 | 248 | 181 |
| 78 | 7.3 | 8.5 | 3′47″ | 3′49″ |  | 44 | 244 | 178 |
| 76 | 7.5 | 8.7 | 3′52″ | 3′54″ | 14 | 42 | 240 | 175 |
| 74 | 7.7 | 8.9 | 3′57″ | 3′59″ |  | 40 | 236 | 172 |
| 72 | 7.9 | 9.1 | 4′02″ | 4′04″ | 13 | 38 | 232 | 169 |
| 70 | 8.1 | 9.3 | 4′07″ | 4′09″ |  | 36 | 228 | 166 |
| 68 | 8.3 | 9.5 | 4′12″ | 4′14″ | 12 | 34 | 224 | 163 |
| 66 | 8.5 | 9.7 | 4′17″ | 4′19″ |  | 32 | 220 | 160 |
| 64 | 8.7 | 9.9 | 4′22″ | 4′24″ | 11 | 30 | 216 | 157 |
| 62 | 8.9 | 10.1 | 4′27″ | 4′29″ |  | 28 | 212 | 154 |
| 60 | 9.1 | 10.3 | 4′32″ | 4′34″ | 10 | 26 | 208 | 151 |
| 50 | 9.3 | 10.5 | 4′52″ | 4′44″ | 9 | 24 | 203 | 146 |
| 40 | 9.5 | 10.7 | 5′12″ | 4′54″ | 8 | 22 | 198 | 141 |
| 30 | 9.7 | 10.9 | 5′32″ | 5′04″ | 7 | 20 | 193 | 136 |
| 20 | 9.9 | 11.1 | 5′52″ | 5′14″ | 6 | 18 | 188 | 131 |