**男子体能达标评分表**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目分 值 | 一 | 二 | 三 | 四 |
| 10米×4往返跑 | 1000米跑 | 立定跳远 | 摸高 |
| （秒） | （分′秒） | （米） | （cm） |
| 100 | 9″2 | 2′54″ | 2.65 | 291 |
| 95 | 9″5 | 3′01″ | 2.61 | 289 |
| 90 | 9″8 | 3′08″ | 2.57 | 287 |
| 85 | 10″1 | 3′15″ | 2.53 | 285 |
| 80 | 10″4 | 3′22″ | 2.49 | 283 |
| 75 | 10″7 | 3′29″ | 2.45 | 281 |
| 70 | 11″0 | 3′36″ | 2.41 | 279 |
| 65 | 11″3 | 3′43″ | 2.37 | 277 |
| 60 | 11″6 | 3′50″ | 2.33 | 275 |
| 55 | 11″9 | 3′57″ | 2.29 | 273 |
| 50 | 12″2 | 4′04″ | 2.25 | 271 |
| 45 | 12″5 | 4′11″ | 2.21 | 269 |
| 40 | 12″8 | 4′18″ | 2.17 | 267 |
| 35 | 13″1 | 4′25″ | 2.13 | 265 |