附件3：

体能测试项目及合格标准

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **性别** | **测 评 项 目** | **合 格 标 准** |
| 男子 | 10米×4往返跑 | 12″2以内(含12″2) |
| 1000米 | 4＇05＂以内（含4＇05＂） |
| 俯卧撑 | 10秒内完成6次以上（含6次） |
| 立定跳远 | 2.2米以上（含2.2米） |
| 女子 | 10米×4往返跑 | 13″2以内(含13″2) |
| 800米 | 4＇00＂以内（含4＇00＂） |
| 仰卧起坐 | 10秒内完成5次以上（含5次） |
| 立定跳远 | 1.5米以上（含1.5米） |