附件3：

体能考核标准

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 成 绩  项 目 | 100分 | 90分 | 80分 | 70分 | 60分 |
| 3000米 | ≤13min | 13-14min | 14-15min | 15-16min | 16-17min |
| 100米 | ≤12s | 12-13s | 13-14s | 14-15S | 15-16S |
| 单杠 | 15个 | 12个 | 10个 | 7个 | 5个 |
| 5\*10m折返 | 26″ | 27″ | 28″ | 29″ | 30″ |
| 备注：体能总分等于=25%（3000米成绩）+25%（100米成绩）+25%（单杠成绩）+25%（折返成绩）  （若两项不及格或以上者直接淘汰，不再进入下一项科目） | | | | | |