附件3

体能测试项目及标准

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **分数**  **项 目** | 60分 | 80分 | 100分 |
| 1500米跑 | 8分钟以内 | 7分钟以内 | 6分钟以内 |
| 800米跑 | 5分钟以内 | 4分30秒以内 | 4分钟以内 |
| 100米跑 | 16秒以内 | 15秒以内 | 14秒以内 |
| 俯卧撑  （2分钟） | 30次 | 40次 | 50次 |
| 仰卧起坐  （2分钟） | 20次 | 30次 | 40次 |