|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 项目成绩分数 | 100米 | 俯卧撑（连续） | 1000 米 |
| 100 | 14"4 | 43个及以上 | 3´25" |
| 95 | 14"6 | 42个 | 3´30" |
| 90 | 14"8 | 41个 | 3´35" |
| 85 | 15” | 40个 | 3´40" |
| 80 | 15"2 | 39个 | 3´45" |
| 75 | 15"4 | 38个 | 3´50" |
| 70 | 15"6 | 37个 | 3´55" |
| 65 | 15"8 | 36个 | 4´00" |
| 60 | 16" | 35个 | 4´05" |
| 55 | 16"2 | 34个 | 4´10" |
| 50 | 16"4 | 33个 | 4´15" |
| 45 | 16"6 | 32个 | 4´20" |
| 40 | 16"8 | 31个 | 4´25" |
| 35 | 17" | 30个 | 4´30" |
| 30 | 17"2 | 29个 | 4´35" |
| 25 | 17"4 | 28个 | 4´40" |
| 20 | 17"6 | 27个 | 4´45" |
| 15 | 17"8 | 26个 | 4´50" |
| 10 | 18" | 25个 | 4´55" |
| 5 | 18"8 | 24个 | 5´00" |
| 0 | 18"8以上 | 24个以下 | 5´00"以上 |

**体能测试评分标准**