

附件1

必修必学——田径评价标准

得分	50米跑 (单位: 秒)		耐力跑 (单位: 分'秒")		立定三级跳远 (单位: 米)		跳远(单 位: 米)		原地双手头上前 掷实心球 (2kg) (单位: 米)	
	男	女	男 (1000 米跑)	女 (800 米 跑)	男	女	男	女	男	女
100	6.8	7.6	3'20"	3'20"	8.8	7.6	5.33	4.33	12.0	8.5
95	6.9	7.7	3'25"	3'26"	8.7	7.5	5.21	4.21	11.5	8.2
90	7.0	7.8	3'30"	3'32"	8.5	7.3	5.09	4.09	10.9	7.8
85	7.1	8.1	3'37"	3'39"	8.1	7.0	4.97	3.97	10.2	7.4
80	7.2	8.4	3'45"	3'46"	7.7	6.7	4.85	3.85	9.5	7.0
78	7.4	8.6	3'50"	3'51"	7.5	6.5	4.80	3.80	9.2	6.8
76	7.6	8.8	3'55"	3'56"	7.3	6.3	4.75	3.75	8.9	6.6
74	7.8	9.0	4'00"	4'01"	7.1	6.1	4.70	3.70	8.6	6.4
72	8.0	9.2	4'05"	4'06"	6.9	5.9	4.65	3.65	8.3	6.2
70	8.2	9.4	4'10"	4'11"	6.7	5.7	4.60	3.60	8.0	6.0
68	8.4	9.6	4'15"	4'16"	6.5	5.5	4.55	3.55	7.7	5.8
66	8.6	9.8	4'20"	4'21"	6.3	5.3	4.50	3.50	7.4	5.6
64	8.8	10.0	4'25"	4'26"	6.1	5.1	4.45	3.45	7.1	5.4
62	9.0	10.2	4'30"	4'31"	5.9	4.9	4.40	3.40	6.8	5.2
60	9.2	10.4	4'35"	4'36"	5.7	4.7	4.35	3.35	6.5	4.9
50	9.4	10.6	4'55"	4'46"	5.4	4.5	4.17	3.20	6.0	4.6
40	9.6	10.8	5'15"	4'56"	5.1	4.3	4.01	3.04	5.5	4.3
30	9.8	11.0	5'35"	5'06"	4.8	4.1	3.85	2.88	5.0	4.0
20	10.0	11.2	5'55"	5'16"	4.5	3.9	3.69	2.72	4.5	3.7
10	10.2	11.4	6'15"	5'26"	4.2	3.7	3.53	2.56	4	3.3