

附件2:《国家学生体质健康标准(2014年修订)》

大学女生体质健康评分标准(2014年修订)

| 等级 | 单项得分 | 肺活量(ml) | | 50米跑(秒) | | 坐位体前屈(cm) | | 立定跳远(cm) | | 一分仰卧起坐(个) | | 800米跑(分·秒) | |
|-----|------|----------|----------|----------|----------|-----------|----------|----------|----------|-----------|----------|------------|----------|
| | | 大一 大二 | 大三 大四 | 大一 大二 | 大三 大四 | 大一 大二 | 大三 大四 | 大一 大二 | 大三 大四 | 大一 大二 | 大三 大四 | 大一 大二 | 大三 大四 |
| 优秀 | 100 | 3400 | 3450 | 7.5 | 7.4 | 25.8 | 26.3 | 207 | 208 | 56 | 57 | 3'18" | 3'16" |
| | 95 | 3350 | 3400 | 7.6 | 7.5 | 24 | 24.4 | 201 | 202 | 54 | 55 | 3'24" | 3'22" |
| | 90 | 3300 | 3350 | 7.7 | 7.6 | 22.2 | 22.4 | 195 | 196 | 52 | 53 | 3'30" | 3'28" |
| 良好 | 85 | 3150 | 3200 | 8 | 7.9 | 20.6 | 21 | 188 | 189 | 49 | 50 | 3'37" | 3'35" |
| | 80 | 3000 | 3050 | 8.3 | 8.2 | 19 | 19.5 | 181 | 182 | 46 | 47 | 3'44" | 3'42" |
| 及格 | 78 | 2900 | 2950 | 8.5 | 8.4 | 17.7 | 18.2 | 178 | 179 | 44 | 45 | 3'49" | 3'47" |
| | 76 | 2800 | 2850 | 8.7 | 8.6 | 16.4 | 16.9 | 175 | 176 | 42 | 43 | 3'54" | 3'52" |
| | 74 | 2700 | 2750 | 8.9 | 8.8 | 15.1 | 15.6 | 172 | 173 | 40 | 41 | 3'59" | 3'57" |
| | 72 | 2600 | 2650 | 9.1 | 9 | 13.8 | 14.3 | 169 | 170 | 38 | 39 | 4'04" | 4'02" |
| | 70 | 2500 | 2550 | 9.3 | 9.2 | 12.5 | 13 | 166 | 167 | 36 | 37 | 4'09" | 4'07" |
| | 68 | 2400 | 2450 | 9.5 | 9.4 | 11.2 | 11.7 | 163 | 164 | 34 | 35 | 4'14" | 4'12" |
| | 66 | 2300 | 2350 | 9.7 | 9.6 | 9.9 | 10.4 | 160 | 161 | 32 | 33 | 4'19" | 4'17" |
| | 64 | 2200 | 2250 | 9.9 | 9.8 | 8.6 | 9.1 | 157 | 158 | 30 | 31 | 4'24" | 4'22" |
| | 62 | 2100 | 2150 | 10.1 | 10 | 7.3 | 7.8 | 154 | 155 | 28 | 29 | 4'29" | 4'27" |
| | 60 | 2000 | 2050 | 10.3 | 10.2 | 6 | 6.5 | 151 | 152 | 26 | 27 | 4'34" | 4'32" |
| 不及格 | 50 | 1960 | 2010 | 10.5 | 10.4 | 5.2 | 5.7 | 146 | 147 | 24 | 25 | 4'44" | 4'42" |
| | 40 | 1920 | 1970 | 10.7 | 10.6 | 4.4 | 4.9 | 141 | 142 | 22 | 23 | 4'54" | 4'52" |
| | 30 | 1880 | 1930 | 10.9 | 10.8 | 3.6 | 4.1 | 136 | 137 | 20 | 21 | 5'04" | 5'02" |
| | 20 | 1840 | 1890 | 11.1 | 11 | 2.8 | 3.3 | 131 | 132 | 18 | 19 | 5'14" | 5'12" |
| | 10 | 1800 | 1850 | 11.3 | 11.2 | 2 | 2.5 | 126 | 127 | 16 | 17 | 5'24" | 5'22" |

大学男生体质健康评分标准（2014年修订）

| 等级 | 单项得分 | 肺活量(ml) | | 50米跑(秒) | | 坐位体前屈(cm) | | 立定跳远(cm) | | 引体向上(个) | | 1000米跑(分·秒) | |
|-----|------|----------|----------|----------|----------|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|-------------|----------|
| | | 大一 大二 | 大三 大四 | 大一 大二 | 大三 大四 | 大一 大二 | 大三 大四 | 大一 大二 | 大三 大四 | 大一 大二 | 大三 大四 | 大一 大二 | 大三 大四 |
| 优秀 | 100 | 5040 | 5140 | 6.7 | 6.6 | 24.9 | 25.1 | 273 | 275 | 19 | 20 | 3' 17" | 3' 15" |
| | 95 | 4920 | 5020 | 6.8 | 6.7 | 23.1 | 23.3 | 268 | 270 | 18 | 19 | 3' 22" | 3' 20" |
| | 90 | 4800 | 4900 | 6.9 | 6.8 | 21.3 | 21.5 | 263 | 265 | 17 | 18 | 3' 27" | 3' 25" |
| 良好 | 85 | 4550 | 4650 | 7.0 | 6.9 | 19.5 | 19.9 | 256 | 258 | 16 | 17 | 3' 34" | 3' 32" |
| | 80 | 4300 | 4400 | 7.1 | 7.0 | 17.7 | 18.2 | 248 | 250 | 15 | 16 | 3' 42" | 3' 40" |
| 及格 | 78 | 4180 | 4280 | 7.3 | 7.2 | 16.3 | 16.8 | 244 | 246 | | | 3' 47" | 3' 45" |
| | 76 | 4060 | 4160 | 7.5 | 7.4 | 14.9 | 15.4 | 240 | 242 | 14 | 15 | 3' 52" | 3' 50" |
| | 74 | 3940 | 4040 | 7.7 | 7.6 | 13.5 | 14.0 | 236 | 238 | | | 3' 57" | 3' 55" |
| | 72 | 3820 | 3920 | 7.9 | 7.8 | 12.1 | 12.6 | 232 | 234 | 13 | 14 | 4' 02" | 4' 00" |
| | 70 | 3700 | 3800 | 8.1 | 8.0 | 10.7 | 11.2 | 228 | 230 | | | 4' 07" | 4' 05" |
| | 68 | 3580 | 3680 | 8.3 | 8.2 | 9.3 | 9.8 | 224 | 226 | 12 | 13 | 4' 12" | 4' 10" |
| | 66 | 3460 | 3560 | 8.5 | 8.4 | 7.9 | 8.4 | 220 | 222 | | | 4' 17" | 4' 15" |
| | 64 | 3340 | 3440 | 8.7 | 8.6 | 6.5 | 7.0 | 216 | 218 | 11 | 12 | 4' 22" | 4' 20" |
| | 62 | 3220 | 3320 | 8.9 | 8.8 | 5.1 | 5.6 | 212 | 214 | | | 4' 27" | 4' 25" |
| | 60 | 3100 | 3200 | 9.1 | 9.0 | 3.7 | 4.2 | 208 | 210 | 10 | 11 | 4' 32" | 4' 30" |
| 不及格 | 50 | 2940 | 3030 | 9.3 | 9.2 | 2.7 | 3.2 | 203 | 205 | 9 | 10 | 4' 52" | 4' 50" |
| | 40 | 2780 | 2860 | 9.5 | 9.4 | 1.7 | 2.2 | 198 | 200 | 8 | 9 | 5' 12" | 5' 10" |
| | 30 | 2620 | 2690 | 9.7 | 9.6 | 0.7 | 1.2 | 193 | 195 | 7 | 8 | 5' 32" | 5' 30" |
| | 20 | 2460 | 2520 | 9.9 | 9.8 | -0.3 | 0.2 | 188 | 190 | 6 | 7 | 5' 52" | 5' 50" |
| | 10 | 2300 | 2350 | 10.1 | 10.0 | -1.3 | -0.8 | 183 | 185 | 5 | 6 | 6' 12" | 6' 10" |

| 体重指数 (BMI) (千克/米 ²) | | | |
|---------------------------------|------|-----------|-----------|
| 等级 | 单项得分 | 女 | 男 |
| 正常 | 100 | 17.2-23.9 | 17.9-23.9 |
| 低体重 | 80 | ≤17.1 | ≤17.8 |
| 超重 | | 24.0—27.9 | 24.0~27.9 |
| 肥胖 | 60 | ≥28.0 | ≥28.0 |