

# 济宁一中特长生（体育）测试 内容、标准与方法

济宁市第一中学

# 总 则

为全面推进学校素质教育，促进办学多样性和特色建设，培养和输送高层次的体育类人才，结合我校招生工作的实际情况，济宁一中体育特长生测试项目为规定的专项技术和身体素质（田径专项），专项技术和身体素质考试均执行济宁一中规定的评分标准。

## 一、专项技术考试项目

田径 足球 篮球 乒乓球 游泳

## 二、田径专项身体素质考试项目

立定三级跳和原地双手后抛铅球。

三、体育考试专项技术和身体素质的各测试内容、动作规格、测试方法和评分标准等详见各项规定。考试中要按规定严格执行，违者不予以评定成绩和计分。

评分办法：

专项技术测试的达标项目和身体素质测试项目考试均按评分表评分。

计时项目采用手计时，按田径运动竞赛规则计算成绩；非计时项目（包括计次数和丈量高度、远度的项目），须有两位以上测试人，成绩方能有效。

技能项目，每项均须有 3—4 为测试人平等成绩。成绩计算方法是按 3 人者 2 人之间相同成绩，4 人者 3 人之间相同成绩评定；若 3 人或 4 人成绩均不同，其最高与最低成绩不计，3 人者计中间成绩，4 人者计两个中间成绩的平均成绩。

## 四、体育考试总成绩评分办法

### （一）田径（100 分）

测试成绩包括身体素质和专项技术，身体素质两项总分为 60 分（每项满分为 30 分），专项技术项目满分为 40 分；全能项目不测试素质；同类别按得分排出名次。

### （二）足球（100 分）

按项目技能、专项素质测试评分，按总分排出名次。

### （三）篮球（100 分）

按项目技能、专项素质评分，折算为百分制并排出名次。

### （四）乒乓球（100 分）

比赛名次结合技术评定按百分制打分并排出名次。

### （五）游泳（100 分）

以测试成绩评分按百分制打分并排出名次。

**注：各项测试成绩超过满分者，均按其满分计算，须根据项目标准排出名次。**

# 田径类测试项目、评分标准与办法

## 一、身体素质测试项目与测试细则

### (一) 立定三级跳远

1. 场地设备：在沙坑 6 米助跑道内画一起跳线，起跳线附近区域应与沙坑在同一平面上，考生应在规定的标志线后起跳。监考人员应随时平整起跳区，避免出现穴洞。

2. 动作规格：双脚站在起跳板上起跳，身体任何部位不得触线；第一跳原地双脚起跳，单脚落地；第二跳用落地脚起跳，向前跨出一步，以摆动腿落地；第三跳用落地的摆动腿起跳双脚落入沙坑。动作完成后向前走出测验场地，测验时不得穿钉子鞋。

3. 测验方法：每人试跳 3 次，每次均丈量成绩。应以考生身体任何着地部位距起跳板最近点的后沿至起跳板或起跳延长线的垂直距离丈量成绩。丈量尺要与起跳地面在同一平面上。丈量最小单位为 1cm，以 3 次试跳中最佳成绩为考试成绩。

### (二) 原地双手后抛铅球

1. 场地设备：场地设置按田径运动会竞赛规则推铅球的场地规定，铅球重量为：男 5 公斤，女 3 公斤。

2. 动作规格：站立在投掷圈内，双脚平行开立，背正对投掷区，双手握球置于体前；可做预摆，双脚蹬地，但不得垫步；展腹挺胸，双手将球经头上向后抛出。不得从肩上两侧抛出，球出手前不得踏出投掷圈。球出手后，必须从投掷圈后半部退出场地。

3. 测验方法：每人试抛 3 次。丈量成绩时，丈量尺需通过投掷圈圆心，丈量投掷圈或抵趾板内沿至球落地点后沿之间的距离。丈量最小单位为 1cm，以 3 次试抛中的最佳一次成绩为考试成绩。

## 二、专项测试内容 评分标准

200 米 110 米栏（男 栏高 0.914 米 栏距 8.7 米）100 米栏（女 栏高 0.76 米 栏距 8.5 米）800 米 1500 米 跳远 三级跳远 跳高 铅球（男 6kg 女 4kg）铁饼（男 1.5kg 女 1kg）全能（男 110 米栏+铁饼 女 100 米栏+铅球）

**考生只能从以上项目中选择一个作为自己测试专项**

### 男子立定三级跳远 （ 成绩计算单位：米 ）

分值	成绩	分值	成绩
30.00	8.70	14.28	6.80
29.28	8.65	13.89	6.75
28.62	8.60	13.52	6.70
28.08	8.55	13.13	6.65
27.54	8.50	12.75	6.60
27.00	8.45	12.36	6.55
26.61	8.40	11.99	6.50
26.22	8.35	11.60	6.45
25.83	8.30	11.22	6.40
25.46	8.25	10.83	6.35
25.08	8.20	10.44	6.30
24.68	8.15	10.07	6.25
24.30	8.10	9.69	6.20
23.91	8.05	9.30	6.15
23.52	8.00	8.91	6.10
23.13	7.95	8.54	6.05
22.76	7.90	8.16	6.00
22.35	7.85	7.77	5.95
21.98	7.80	7.40	5.90
21.59	7.75	7.01	5.85
21.21	7.70	6.63	5.80
20.82	7.65	6.24	5.75
20.43	7.60	5.87	5.70
20.06	7.55	5.49	5.65
19.65	7.50	5.10	5.60
19.28	7.45	4.71	5.55
18.90	7.40	4.34	5.50
18.51	7.35	3.96	5.45
18.12	7.30	3.59	5.40
17.73	7.25	3.18	5.35
17.36	7.20	2.81	5.30
16.98	7.15	2.43	5.25
16.58	7.10	2.06	5.20
16.20	7.05	1.68	5.15
15.83	7.00	1.29	5.10
15.42	6.95	0.92	5.05
15.05	6.90	0.54	5.00
14.67	6.85	0.15	4.95

### 女子立定三级跳远 ( 成绩计算单位: 米 )

分值	成绩	分值	成绩
30.00	7.30	14.73	5.40
29.28	7.25	14.34	5.35
28.62	7.20	13.98	5.30
28.08	7.15	13.61	5.25
27.54	7.10	13.23	5.20
27.00	7.05	12.87	5.15
26.63	7.00	12.50	5.10
26.25	6.95	12.14	5.05
25.89	6.90	11.76	5.00
25.50	6.85	11.40	4.95
25.13	6.80	11.01	4.90
24.75	6.75	10.65	4.85
24.39	6.70	10.28	4.80
24.02	6.65	9.92	4.75
23.64	6.60	9.54	4.70
23.25	6.55	9.18	4.65
22.89	6.50	8.81	4.60
22.52	6.45	8.45	4.55
22.14	6.40	8.07	4.50
21.78	6.35	7.71	4.45
21.41	6.30	7.35	4.40
21.03	6.25	6.96	4.35
20.67	6.20	6.60	4.30
20.28	6.15	6.23	4.25
19.91	6.10	5.87	4.20
19.55	6.05	5.49	4.15
19.17	6.00	5.13	4.10
18.80	5.95	4.77	4.05
18.44	5.90	4.40	4.00
18.06	5.85	4.04	3.95
17.67	5.80	3.66	3.90
17.31	5.75	3.30	3.85
16.94	5.70	2.94	3.80
16.58	5.65	2.55	3.75
16.20	5.60	2.19	3.70
15.77	5.55	1.83	3.65
15.47	5.50	1.46	3.60
15.09	5.45	1.10	3.55

男子后抛铅球 (5 公斤) ( 成绩计算单位: 米 )

分值	成绩	分值	成绩
30.00	12.70	16.40	8.60
29.60	12.60	16.15	8.50
29.20	12.50	15.90	8.40
28.80	12.40	15.65	8.30
28.40	12.30	15.40	8.20
28.00	12.20	15.15	8.10
27.65	12.10	14.90	8.00
27.30	12.00	14.65	7.90
26.95	11.90	14.40	7.80
26.60	11.80	14.15	7.70
26.25	11.70	13.90	7.60
25.90	11.60	13.65	7.50
25.55	11.50	13.40	7.40
25.20	11.40	13.15	7.30
24.85	11.30	12.90	7.20
24.50	11.20	12.65	7.10
24.15	11.10	12.40	7.00
23.80	11.00	12.15	6.90
23.45	10.90	11.90	6.80
23.10	10.80	11.65	6.70
22.75	10.70	11.40	6.60
22.40	10.60	11.20	6.50
22.10	10.50	11.00	6.40
21.80	10.40	10.80	6.30
21.50	10.30	10.60	6.20
21.20	10.20	10.40	6.10
20.90	10.10	10.20	6.00
20.60	10.00	10.00	5.90
20.30	9.90	9.80	5.80
20.00	9.80	9.60	5.70
19.70	9.70	9.40	5.60
19.40	9.60	9.20	5.50
19.10	9.50	9.00	5.40
18.80	9.40	8.80	5.30
18.50	9.30	8.60	5.20
18.20	9.20	8.40	5.10
17.90	9.10	8.20	5.00
17.60	9.00	8.00	4.90
17.30	8.90	7.80	4.80
17.00	8.80	7.60	4.70
16.70	8.70	7.40	4.60

女子后抛铅球 (3 公斤) ( 成绩计算单位: 米 )

分值	成绩	分值	成绩
30.00	10.80	16.40	6.70
29.60	10.70	16.15	6.60
29.20	10.60	15.90	6.50
28.80	10.50	15.65	6.40
28.40	10.40	15.40	6.30
28.00	10.30	15.15	6.20
27.65	10.20	14.90	6.10
27.30	10.10	14.65	6.00
26.95	10.00	14.40	5.90
26.60	9.90	14.15	5.80
26.25	9.80	13.90	5.70
25.90	9.70	13.65	5.60
25.55	9.60	13.40	5.50
25.20	9.50	13.15	5.40
24.85	9.40	12.90	5.30
24.50	9.30	12.65	5.20
24.15	9.20	12.40	5.10
23.80	9.10	12.15	5.00
23.45	9.00	11.90	4.90
23.10	8.90	11.65	4.80
22.75	8.80	11.40	4.70
22.40	8.70	11.20	4.60
22.10	8.60	11.00	4.50
21.80	8.50	10.80	4.40
21.50	8.40	10.60	4.30
21.20	8.30	10.40	4.20
20.90	8.20	10.20	4.10
20.60	8.10	10.00	4.00
20.30	8.00	9.80	3.90
20.00	7.90	9.60	3.80
19.70	7.80	9.40	3.70
19.40	7.70	9.20	3.60
19.10	7.60	9.00	3.50
18.80	7.50	8.80	3.40
18.50	7.40	8.60	3.30
18.20	7.30	8.40	3.20
17.90	7.20	8.20	3.10
17.60	7.10	8.00	3.00
17.30	7.00	7.80	2.90
17.00	6.90	7.60	2.80
16.70	6.80	7.40	2.70

## 男子 200 米

分值	成绩	分值	成绩
	手记		手记
40.00	23"6	18.80	26"6
39.00	23"7	18.40	26"7
38.00	23"8	18.00	26"8
37.00	23"9	17.60	26"9
36.00	24"	17.20	27"
35.00	24"1	16.80	27"1
34.00	24"2	16.40	27"2
33.20	24"3	16.00	27"3
32.40	24"4	15.60	27"4
31.60	24"5	15.20	27"5
30.80	24"6	14.80	27"6
30.00	24"7	14.40	27"7
29.20	24"8	14.00	27"8
28.40	24"9	13.60	27"9
27.60	25"	13.20	28"
27.00	25"1	12.80	28"1
26.40	25"2	12.40	28"2
25.80	25"3	12.00	28"3
25.20	25"4	11.60	28"4
24.60	25"5	11.20	28"6
24.00	25"6	10.80	28"8
23.40	25"7	10.40	29"
22.80	25"8	10.00	29"3
22.20	25"9	9.50	29"6
21.30	26"	9.00	29"9
21.00	26"1	8.50	30"2
20.40	26"2	8.00	30"5
20.00	26"3	7.50	30"8
19.60	26"4	7.00	31"1
19.20	26"5	6.50	31"4

女子 200 米

分值	成绩	分值	成绩
	手记		手记
40.00	27"2	18.80	30"2
39.00	27"3	18.40	30"3
38.00	27"4	18.00	30"4
37.00	27"5	17.60	30"5
36.00	27"6	17.20	30"6
35.00	27"7	16.80	30"7
34.00	27"8	16.40	30"8
33.20	27"9	16.00	30"9
32.40	28"	15.60	31"
31.60	28"1	15.20	31"1
30.80	28"2	14.80	31"2
30.00	28"3	14.40	31"3
29.20	28"4	14.00	31"4
28.40	28"5	13.60	31"5
27.60	28"6	13.20	31"6
27.00	28"7	12.80	31"7
26.40	28"8	12.40	31"8
25.80	28"9	12.00	31"9
25.20	29"	11.60	32"1
24.60	29"1	11.20	32"3
24.00	29"2	10.80	32"5
23.40	29"3	10.40	32"7
22.80	29"4	10.00	33"0
22.20	29"5	9.50	33"3
21.30	29"6	9.00	33"6
21.00	29"7	8.50	33"9
20.40	29"8	8.00	34"2
20.00	29"9	7.50	34"5
19.60	30"	7.00	34"8
19.20	30"1	6.50	35"1

## 100 米栏

分值	成绩	分值	成绩
	手记		手记
40.00	15"5	16.80	19"0
39.00	15"6	16.40	19"1
38.00	15"7	16.00	19"2
37.00	15"8	15.60	19"3
36.00	15"9	15.20	19"4
35.00	16"0	14.80	19"5
34.00	16"1	14.40	19"6
33.20	16"2	14.00	19"7
32.40	16"3	13.60	19"8
31.60	16"4	13.20	19"9
30.80	16"5	12.80	20"0
30.00	16"6	12.40	20"1
29.20	16"7	12.00	20"2
28.40	16"8	11.60	20"3
27.60	16"9	11.20	20"4
27.00	17"0	10.80	20"5
26.40	17"1	10.40	20"6
25.80	17"2	10.00	20"7
25.20	17"3	9.50	20"8
24.60	17"4	9.00	20"9
24.00	17"5	8.50	21"0
23.40	17"6	8.00	21"2
22.80	17"7	7.50	21"3
22.20	17"8	7.00	21"4
21.30	17"9	6.50	21"5
21.00	18"0	6.00	21"6
20.40	18"1	5.50	21"7
20.00	18"2	5.00	21"8
19.60	18"3	4.50	21"9
19.20	18"4	4.00	22"0
18.80	18"5	3.50	22"1
18.40	18"6	3.00	22"2
18.00	18"7	2.50	22"3
17.60	18"8	2.00	22"4
17.20	18"9	1.50	22"5

## 110 米栏

分值	成绩	分值	成绩
	手记		手记
40.00	16"0	16.80	19"5
39.00	16"1	16.40	19"6
38.00	16"2	16.00	19"7
37.00	16"3	15.60	19"8
36.00	16"4	15.20	19"9
35.00	16"5	14.80	20"0
34.00	16"6	14.40	20"1
33.20	16"7	14.00	20"2
32.40	16"8	13.60	20"3
31.60	16"9	13.20	20"4
30.80	17"0	12.80	20"5
30.00	17"1	12.40	20"6
29.20	17"2	12.00	20"7
28.40	17"3	11.60	20"8
27.60	17"4	11.20	20"9
27.00	17"5	10.80	21"0
26.40	17"6	10.40	21"2
25.80	17"7	10.00	21"3
25.20	17"8	9.50	21"4
24.60	17"9	9.00	21"5
24.00	18"0	8.50	21"6
23.40	18"1	8.00	21"7
22.80	18"2	7.50	21"8
22.20	18"3	7.00	21"9
21.30	18"4	6.50	22"0
21.00	18"5	6.00	22"1
20.40	18"6	5.50	22"2
20.00	18"7	5.00	22"3
19.60	18"8	4.50	22"4
19.20	18"9	4.00	22"5
18.80	19"0	3.50	22"6
18.40	19"1	3.00	22"7
18.00	19"2	2.50	22"8
17.60	19"3	2.00	22"9
17.20	19"4	1.50	23"0

## 男子 800 米

分值	成绩 (手计)	分值	成绩 (手计)
40.00	2 分 5 秒 0	20.88	2 分 23 秒 0
39.40	2 分 5 秒 4	20.60	2 分 23 秒 6
38.80	2 分 5 秒 8	20.32	2 分 24 秒 2
38.20	2 分 6 秒 2	20.04	2 分 25 秒 0
37.60	2 分 6 秒 6	19.76	2 分 25 秒 6
37.00	2 分 7 秒 0	19.48	2 分 26 秒 2
36.40	2 分 7 秒 4	19.20	2 分 26 秒 8
35.80	2 分 7 秒 8	18.92	2 分 27 秒 4
35.20	2 分 8 秒 2	18.64	2 分 28 秒 0
34.60	2 分 8 秒 6	18.36	2 分 28 秒 6
34.00	2 分 9 秒 0	18.08	2 分 29 秒 2
33.60	2 分 9 秒 4	17.80	2 分 29 秒 8
33.20	2 分 9 秒 8	17.52	2 分 30 秒 4
32.80	2 分 10 秒 2	17.28	2 分 31 秒 0
32.40	2 分 10 秒 4	17.04	2 分 31 秒 6
32.00	2 分 10 秒 8	16.80	2 分 32 秒 2
31.60	2 分 11 秒 2	16.56	2 分 32 秒 8
31.20	2 分 11 秒 6	16.32	2 分 33 秒 4
30.80	2 分 12 秒 0	16.08	2 分 34 秒 0
30.40	2 分 12 秒 4	15.84	2 分 34 秒 6
30.00	2 分 12 秒 8	15.60	2 分 35 秒 2
29.60	2 分 13 秒 2	15.20	2 分 35 秒 8
29.20	2 分 13 秒 6	14.80	2 分 36 秒 4
28.80	2 分 14 秒 0	14.40	2 分 37 秒 0
28.40	2 分 14 秒 4	14.00	2 分 37 秒 6
28.00	2 分 14 秒 8	13.60	2 分 38 秒 2
27.60	2 分 15 秒 2	13.20	2 分 38 秒 8
27.20	2 分 15 秒 6	12.80	2 分 39 秒 4
26.80	2 分 16 秒 0	12.40	2 分 40 秒 0
26.40	2 分 16 秒 3	12.00	2 分 40 秒 6
26.00	2 分 16 秒 6	11.60	2 分 41 秒 2
25.60	2 分 17 秒 0	11.20	2 分 41 秒 8
25.20	2 分 17 秒 4	10.80	2 分 42 秒 2
24.80	2 分 17 秒 8	10.40	2 分 43 秒 0
24.40	2 分 18 秒 2	10.00	2 分 43 秒 6
24.00	2 分 18 秒 6	9.60	2 分 44 秒 2
23.60	2 分 19 秒 0	9.20	2 分 44 秒 8
23.20	2 分 19 秒 4	8.80	2 分 45 秒 4
22.80	2 分 19 秒 8	8.40	2 分 46 秒 0
22.40	2 分 20 秒 2	8.00	2 分 46 秒 6
22.00	2 分 20 秒 8	7.60	2 分 47 秒 2
21.72	2 分 21 秒 2	7.20	2 分 47 秒 8
21.44	2 分 21 秒 8	6.80	2 分 48 秒 4
21.16	2 分 22 秒 4	6.40	2 分 49 秒 0

女子 800 米

分值	成绩 (手计)	分值	成绩 (手计)
40.00	2 分 28 秒 0	20.88	2 分 42 秒 8
39.40	2 分 28 秒 3	20.60	2 分 43 秒 2
38.80	2 分 28 秒 9	20.32	2 分 43 秒 6
38.20	2 分 29 秒 2	20.04	2 分 44 秒 0
37.60	2 分 29 秒 5	19.76	2 分 44 秒 4
37.00	2 分 29 秒 8	19.48	2 分 44 秒 8
36.40	2 分 30 秒 1	19.20	2 分 45 秒 2
35.80	2 分 30 秒 4	18.92	2 分 45 秒 6
35.20	2 分 30 秒 7	18.64	2 分 46 秒 0
34.60	2 分 31 秒 0	18.36	2 分 46 秒 4
34.00	2 分 31 秒 3	18.08	2 分 46 秒 8
33.60	2 分 31 秒 6	17.80	2 分 47 秒 2
33.20	2 分 31 秒 9	17.52	2 分 47 秒 6
32.80	2 分 32 秒 2	17.28	2 分 48 秒 0
32.40	2 分 32 秒 5	17.04	2 分 48 秒 4
32.00	2 分 32 秒 8	16.80	2 分 48 秒 8
31.60	2 分 33 秒 1	16.56	2 分 49 秒 2
31.20	2 分 33 秒 4	16.32	2 分 49 秒 6
30.80	2 分 33 秒 7	16.08	2 分 50 秒 2
30.40	2 分 34 秒 0	15.84	2 分 50 秒 6
30.00	2 分 34 秒 3	15.60	2 分 51 秒 0
29.60	2 分 34 秒 6	15.20	2 分 51 秒 4
29.20	2 分 34 秒 9	14.80	2 分 51 秒 8
28.80	2 分 35 秒 2	14.40	2 分 52 秒 2
28.40	2 分 35 秒 5	14.00	2 分 52 秒 6
28.00	2 分 35 秒 8	13.60	2 分 53 秒 0
27.60	2 分 36 秒 1	13.20	2 分 53 秒 5
27.20	2 分 36 秒 4	12.80	2 分 54 秒 0
26.80	2 分 36 秒 7	12.40	2 分 54 秒 5
26.40	2 分 37 秒 0	12.00	2 分 55 秒 0
26.00	2 分 37 秒 4	11.60	2 分 55 秒 5
25.60	2 分 37 秒 8	11.20	2 分 56 秒 0
25.20	2 分 38 秒 2	10.80	2 分 56 秒 5
24.80	2 分 38 秒 6	10.40	2 分 57 秒 0
24.40	2 分 39 秒 0	10.00	2 分 57 秒 5
24.00	2 分 39 秒 4	9.60	2 分 58 秒 0
23.60	2 分 39 秒 8	9.20	2 分 58 秒 5
23.20	2 分 40 秒 2	8.80	2 分 59 秒 0
22.80	2 分 40 秒 4	8.40	2 分 59 秒 5
22.40	2 分 40 秒 8	8.00	3 分 0 秒 0
22.00	2 分 41 秒 2	7.60	3 分 0 秒 5
21.72	2 分 41 秒 6	7.20	3 分 1 秒 0
21.44	2 分 42 秒 0	6.80	3 分 1 秒 5
21.16	2 分 42 秒 4	6.40	3 分 2 秒 0

## 男子 1500 米

分值	成绩	分值	成绩
40.00	4分18秒	21.16	4分45秒6
39.40	4分18秒5	20.88	4分46秒3
38.80	4分19秒	20.60	4分47秒
38.20	4分19秒5	20.32	4分47秒8
37.60	4分20秒	20.04	4分48秒6
37.00	4分20秒5	19.76	4分49秒4
36.40	4分21秒	19.48	4分50秒2
35.80	4分21秒5	19.20	4分51秒
35.20	4分22秒	18.92	4分51秒8
34.60	4分22秒5	18.64	4分52秒6
34.00	4分23秒	18.36	4分53秒4
33.60	4分23秒5	18.08	4分54秒2
33.20	4分24秒	17.80	4分55秒
32.80	4分24秒5	17.52	4分55秒8
32.40	4分25秒	17.28	4分56秒6
32.00	4分25秒5	17.04	4分57秒4
31.60	4分26秒1	16.80	4分58秒2
31.20	4分26秒7	16.56	4分59秒
30.80	4分27秒3	16.32	4分59秒8
30.40	4分27秒9	16.08	5分00秒6
30.00	4分28秒5	15.84	5分01秒4
29.60	4分29秒1	15.60	5分02秒2
29.20	4分29秒7	15.20	5分03秒
28.80	4分30秒3	14.80	5分03秒9
28.40	4分30秒9	14.40	5分04秒8
28.00	4分31秒5	14.00	5分05秒7
27.60	4分32秒1	13.60	5分06秒6
27.20	4分32秒7	13.20	5分07秒5
26.80	4分33秒3	12.80	5分08秒4
26.40	4分33秒9	12.40	5分09秒3
26.00	4分34秒5	12.00	5分10秒2
25.60	4分35秒2	11.60	5分11秒1
25.20	4分35秒9	11.20	5分12秒
24.80	4分36秒6	10.80	5分12秒9
24.40	4分37秒3	10.40	5分13秒8
24.00	4分40秒	10.00	5分14秒7
23.60	4分40秒7	9.60	5分15秒6
23.20	4分41秒4	9.00	5分16秒5
22.80	4分42秒1	8.40	5分17秒4
22.40	4分42秒8	7.80	5分18秒3
22.00	4分43秒5	7.20	5分19秒2
21.72	4分44秒2	6.80	5分20秒1
21.44	4分44秒9	6.20	5分21秒

## 女子 1500 米

分值	成绩	分值	成绩
40.00	5 分 10 秒	21.16	6 分 06 秒
39.40	5 分 10 秒 5	20.88	6 分 07 秒 6
38.80	5 分 11 秒	20.60	6 分 09 秒 2
38.20	5 分 11 秒 5	20.32	6 分 10 秒 8
37.60	5 分 12 秒	20.04	6 分 12 秒
37.00	5 分 13 秒 5	19.76	6 分 13 秒 7
36.40	5 分 15 秒	19.48	6 分 15 秒 4
35.80	5 分 16 秒 5	19.20	6 分 17 秒 1
35.20	5 分 18 秒	18.92	6 分 18 秒 8
34.60	5 分 19 秒 5	18.64	6 分 20 秒 5
34.00	5 分 21 秒	18.36	6 分 22 秒 2
33.60	5 分 21 秒 6	18.08	6 分 23 秒 9
33.20	5 分 22 秒 2	17.80	6 分 25 秒 6
32.80	5 分 22 秒 8	17.52	6 分 27 秒 3
32.40	5 分 23 秒 4	17.28	6 分 29 秒
32.00	5 分 24 秒	17.04	6 分 30 秒 8
31.60	5 分 24 秒 7	16.80	6 分 32 秒 6
31.20	5 分 25 秒 4	16.56	6 分 34 秒 4
30.80	5 分 26 秒 1	16.32	6 分 36 秒 2
30.40	5 分 26 秒 8	16.08	6 分 38 秒
30.00	5 分 27 秒 5	15.84	6 分 39 秒 8
29.60	5 分 29 秒	15.60	6 分 41 秒 6
29.20	5 分 30 秒 5	15.20	6 分 43 秒 4
28.80	5 分 32 秒	14.80	6 分 45 秒 2
28.40	5 分 33 秒 5	14.40	6 分 47 秒
28.00	5 分 35 秒	14.00	6 分 49 秒
27.60	5 分 36 秒 5	13.60	6 分 50 秒 9
27.20	5 分 38 秒	13.20	6 分 52 秒 8
26.80	5 分 40 秒	12.80	6 分 54 秒 7
26.40	5 分 42 秒	12.40	6 分 56 秒 6
26.00	5 分 44 秒	12.00	6 分 58 秒 5
25.60	5 分 46 秒	11.60	7 分 0 秒 4
25.20	5 分 48 秒	11.20	7 分 02 秒 3
24.80	5 分 50 秒	10.80	7 分 04 秒 2
24.40	5 分 52 秒	10.40	7 分 06 秒 1
24.00	5 分 54 秒	10.00	7 分 08 秒
23.60	5 分 55 秒 5	9.60	7 分 10 秒
23.20	5 分 57 秒	9.00	7 分 12 秒
22.80	5 分 58 秒 5	8.40	7 分 14 秒 5
22.40	6 分 0 秒	7.80	7 分 17 秒
22.00	6 分 01 秒 6	7.20	7 分 19 秒 5
21.72	6 分 03 秒 2	6.80	7 分 22 秒
21.44	6 分 04 秒 8	6.20	7 分 24 秒 5

男子跳远（成绩计算单位：米）

分值	成绩	分值	成绩
40.00	6.50	24.40	5.63
39.60	6.48	24.00	5.60
39.20	6.46	23.60	5.57
38.80	6.44	23.20	5.54
38.40	6.42	22.80	5.51
38.00	6.40	22.40	5.48
37.60	6.38	22.00	5.45
37.20	6.36	21.60	5.42
36.80	6.34	21.20	5.39
36.40	6.32	20.80	5.36
36.00	6.30	20.40	5.33
35.60	6.28	20.00	5.29
35.20	6.26	19.60	5.25
34.80	6.24	19.20	5.21
34.40	6.22	18.80	5.17
34.00	6.20	18.40	5.13
33.60	6.18	18.00	5.09
33.20	6.16	17.60	5.05
32.80	6.14	17.20	5.01
32.40	6.12	16.80	4.97
32.00	6.10	16.40	4.93
31.60	6.08	16.00	4.89
31.20	6.06	15.60	4.85
30.80	6.04	15.20	4.80
30.40	6.02	14.80	4.75
30.00	6.00	14.40	4.70
29.60	5.98	14.00	4.65
29.20	5.96	13.40	4.60
28.80	5.94	12.80	4.55
28.40	5.92	12.20	4.50
28.00	5.89	11.60	4.45
27.60	5.86	11.00	4.40
27.20	5.83	10.40	4.34
26.80	5.80	9.80	4.28
26.40	5.77	9.40	4.22
26.00	5.74	9.00	4.16
25.60	5.71	8.40	4.10
25.20	5.69	7.80	4.04
24.80	5.66	7.20	3.98

女子跳远(成绩计算单位:米)

分值	成绩	分值	成绩
40.00	5.10	25.20	4.36
39.60	5.08	24.80	4.34
39.20	5.06	24.40	4.32
38.80	5.04	24.00	4.30
38.40	5.02	23.60	4.28
38.00	5.00	23.20	4.26
37.60	4.98	22.80	4.24
37.20	4.96	22.40	4.22
36.80	4.94	22.00	4.20
36.40	4.92	21.60	4.18
36.00	4.90	21.20	4.15
35.60	4.88	20.80	4.12
35.20	4.86	20.40	4.09
34.80	4.84	20.00	4.06
34.40	4.82	19.60	4.03
34.00	4.80	19.20	4.00
33.60	4.78	18.80	3.97
33.20	4.76	18.40	3.94
32.80	4.74	18.00	3.91
32.40	4.72	17.60	3.88
32.00	4.70	17.20	3.85
31.60	4.68	16.80	3.82
31.20	4.66	16.40	3.79
30.80	4.64	16.00	3.76
30.40	4.62	15.60	3.73
30.00	4.60	15.20	3.70
29.60	4.58	14.80	3.67
29.20	4.56	14.40	3.64
28.80	4.54	14.00	3.61
28.40	4.52	13.60	3.58
28.00	4.50	13.20	3.55
27.60	4.48	12.80	3.52
27.20	4.46	12.40	3.48
26.80	4.44	12.00	3.44
26.40	4.42	11.60	3.40
26.00	4.40	11.20	3.35
25.60	4.38	10.80	3.30

男子三级跳远(成绩计算单位:米)

分值	成绩	分值	成绩
40.00	13.50	25.20	12.15
39.60	13.47	24.80	12.10
39.20	13.41	24.40	12.05
38.80	13.38	24.00	12.00
38.40	13.35	23.60	11.95
38.00	13.32	23.20	11.90
37.60	13.29	22.80	11.85
37.20	13.26	22.40	11.80
36.80	13.23	22.00	11.75
36.40	13.20	21.60	11.70
36.00	13.17	21.20	11.65
35.60	13.14	20.80	11.60
35.20	13.11	20.40	11.55
34.80	13.08	20.00	11.50
34.40	13.05	19.60	11.45
34.00	13.01	19.20	11.34
33.60	12.97	18.80	11.28
33.20	12.93	18.40	11.22
32.80	12.89	18.00	11.16
32.40	12.85	17.60	11.09
32.00	12.81	17.20	11.02
31.60	12.77	16.80	10.95
31.20	12.73	16.40	10.88
30.80	12.69	16.00	10.81
30.40	12.65	15.60	10.74
30.00	12.61	15.20	10.66
29.60	12.57	14.80	10.58
29.20	12.53	14.40	10.50
28.80	12.49	14.00	10.42
28.40	12.45	13.60	10.33
28.00	12.41	13.20	10.24
27.60	12.37	12.80	10.15
27.20	12.37	12.40	10.06
26.80	12.33	12.00	9.96
26.40	12.29	11.60	9.86
26.00	12.25	11.20	9.76
25.60	12.20	10.80	9.66

女子三级跳远(成绩计算单位:米)

分值	成绩	分值	成绩
40.00	10.85	25.20	9.25
39.60	10.82	24.80	9.20
39.20	10.78	24.40	9.15
38.80	10.74	24.00	9.10
38.40	10.70	23.60	9.05
38.00	10.66	23.20	9.00
37.60	10.62	22.80	8.95
37.20	10.58	22.40	8.90
36.80	10.54	22.00	8.85
36.40	10.50	21.60	8.80
36.00	10.46	21.20	8.75
35.60	10.42	20.80	8.70
35.20	10.38	20.40	8.65
34.80	10.34	20.00	8.60
34.40	10.30	19.60	8.55
34.00	10.26	19.20	8.50
33.60	10.24	18.80	8.45
33.20	10.20	18.40	8.40
32.80	10.16	18.00	8.35
32.40	10.12	17.60	8.30
32.00	10.08	17.20	8.25
31.60	10.04	16.80	8.20
31.20	9.96	16.40	8.15
30.80	9.92	16.00	8.10
30.40	9.88	15.60	8.05
30.00	9.84	15.20	8.00
29.60	9.80	14.80	7.95
29.20	9.75	14.40	7.90
28.80	9.70	14.00	7.85
28.40	9.65	13.60	7.80
28.00	9.60	13.20	7.75
27.60	9.55	12.80	7.70
27.20	9.50	12.40	7.65
26.80	9.45	12.00	7.60
26.40	9.40	11.60	7.55
26.00	9.35	11.20	7.45
25.60	9.30	10.80	7.35

### 男子跳高（成绩计算单位：米）

分值	成绩	分值	成绩	分值	成绩
40	1.83	21.2	1.55	13	1.27
39	1.82	20.8	1.54	12.8	1.26
38	1.81	20.4	1.53	12.6	1.25
37.2	1.80	20	1.52	12.6	1.24
36.4	1.79	19.6	1.51	12.4	1.23
35.6	1.78	19.2	1.50	12.2	1.22
34.8	1.77	18.8	1.49	12	1.21
34	1.76	18.4	1.48	11.8	1.20
33.2	1.75	18	1.47	11.6	1.19
32.4	1.74	17.6	1.46	11.4	1.18
31.8	1.73	17.2	1.45	11.2	1.17
31.2	1.72	16.8	1.44	11	1.16
30.6	1.71	16.4	1.43	10.8	1.15
30	1.70	16	1.42	10.6	1.14
29.4	1.69	15.8	1.41	10.4	1.13
28.8	1.68	15.6	1.40	10.2	1.12
28.2	1.67	15.4	1.39	10	1.11
27.6	1.66	15.2	1.38	9.8	1.10
27	1.65	15	1.37	9.6	1.09
26.4	1.64	14.8	1.36	9.4	1.08
25.8	1.63	14.6	1.35	9.2	1.07
25.2	1.62	14.4	1.34	9	1.06
24.6	1.61	14.2	1.33	8.8	1.05
24	1.60	14	1.32	8.6	1.04
23.4	1.59	13.8	1.31	8.4	1.03
22.8	1.58	13.6	1.30	8.2	1.02
22.2	1.57	13.4	1.29	8.0	1.01
21.6	1.56	13.2	1.28	7.8	1.00

女子跳高（成绩计算单位：米）

分值	成绩	分值	成绩	分值	成绩
40	1.56	21.2	1.28	13	1.00
39	1.55	20.8	1.27	12.8	0.99
38	1.54	20.4	1.26	12.6	0.98
37.2	1.53	20	1.25	12.6	0.97
36.4	1.52	19.6	1.24	12.4	0.96
35.6	1.51	19.2	1.23	12.2	0.95
34.8	1.50	18.8	1.22	12	0.94
34	1.49	18.4	1.21	11.8	0.93
33.2	1.48	18	1.20	11.6	0.92
32.4	1.47	17.6	1.19	11.4	0.91
31.8	1.46	17.2	1.18	11.2	0.90
31.2	1.45	16.8	1.17	11	0.89
30.6	1.44	16.4	1.16	10.8	0.88
30	1.43	16	1.15	10.6	0.87
29.4	1.42	15.8	1.14	10.4	0.86
28.8	1.41	15.6	1.13	10.2	0.85
28.2	1.40	15.4	1.12	10	0.84
27.6	1.39	15.2	1.11	9.8	0.83
27	1.38	15	1.10	9.6	0.82
26.4	1.37	14.8	1.09	9.4	0.81
25.8	1.36	14.6	1.08	9.2	0.80
25.2	1.35	14.4	1.07	9	0.79
24.6	1.34	14.2	1.06	8.8	0.78
24	1.33	14	1.05	8.6	0.77
23.4	1.32	13.8	1.04	8.4	0.76
22.8	1.31	13.6	1.03	8.2	0.75
22.2	1.30	13.4	1.02		
21.6	1.29	13.2	1.01		

## 男子铅球(成绩计算单位:米)

分值	成绩	分值	成绩
40.00	12.50	24.00	9.50
39.60	12.44	23.60	9.40
39.20	12.38	23.20	9.30
38.80	12.32	22.80	9.20
38.40	12.26	22.40	9.10
38.00	12.20	22.00	8.99
37.60	12.14	21.60	8.88
37.20	12.08	21.20	8.77
36.80	12.02	20.80	8.66
36.40	11.96	20.40	8.55
36.00	11.90	20.00	8.44
35.60	11.83	19.60	8.33
35.20	11.76	19.20	8.22
34.80	11.69	18.80	8.11
34.40	11.62	18.40	8.00
34.00	11.55	18.00	7.89
33.60	11.48	17.60	7.78
33.20	11.41	17.20	7.67
32.80	11.34	16.80	7.56
32.40	11.27	16.40	7.45
32.00	11.20	16.00	7.34
31.60	11.13	15.60	7.23
31.20	11.04	15.20	7.12
30.80	10.97	14.80	7.01
30.40	10.89	14.40	6.90
30.00	10.81	14.00	6.79
29.60	10.73	13.40	6.63
29.20	10.65	12.80	6.52
28.80	10.57	12.20	6.41
28.40	10.49	11.60	6.30
28.00	10.41	11.00	6.19
27.60	10.33	10.40	6.08
27.20	10.24	9.80	5.97
26.80	10.15	9.20	5.85
26.40	10.06	8.60	5.70
26.00	9.97	8.00	5.55
25.60	9.88	7.20	5.40
25.20	9.79	6.40	5.25
24.80	9.70	6.20	5.10
24.40	9.60	6.00	4.95

女子铅球(成绩计算单位:米)

分值	成绩	分值	成绩
40.00	11.90	24.40	9.00
39.60	11.84	24.00	8.90
39.20	11.78	23.60	8.80
38.80	11.72	23.20	8.70
38.40	11.66	22.80	8.60
38.00	11.60	22.40	8.50
37.60	11.54	22.00	8.39
37.20	11.48	21.60	8.28
36.80	11.42	21.20	8.17
36.40	11.36	20.80	8.06
36.00	11.30	20.40	7.95
35.60	11.23	20.00	7.84
35.20	11.16	19.60	7.73
34.80	11.09	19.20	7.62
34.40	11.02	18.80	7.51
34.00	10.95	18.40	7.40
33.60	10.88	18.00	7.29
33.20	10.81	17.60	7.18
32.80	10.74	17.20	7.07
32.40	10.67	16.80	6.96
32.00	10.60	16.40	6.85
31.60	10.53	16.00	6.74
31.20	10.44	15.60	6.63
30.80	10.37	15.20	6.52
30.40	10.29	14.80	6.41
30.00	10.21	14.40	6.30
29.60	10.13	14.00	6.19
29.20	10.05	13.40	6.08
28.80	9.97	12.80	5.97
28.40	9.89	12.20	5.85
28.00	9.81	11.60	5.70
27.60	9.73	11.00	5.55
27.20	9.64	10.40	5.40
26.80	9.55	9.80	5.25
26.40	9.46	9.20	5.10
26.00	9.37	8.60	4.95
25.60	9.28	8.00	4.75
25.20	9.19	7.20	4.55
24.80	9.10	6.40	4.35

## 男、女铁饼（成绩计算单位：米）

分值	成绩	分值	成绩	分值	成绩
40	38	28	32.42	16	23.65
39.6	37.84	27.6	32.19	15.6	23.26
39.2	37.68	27.2	31.96	15.2	22.85
38.8	37.52	26.8	31.73	14.8	22.43
38.4	37.36	26.4	31.49	14.4	22
38	37.20	26	31.25	14	21.56
37.6	37.03	25.6	31.01	13.6	21.11
37.2	36.86	25.2	30.76	13.2	20.64
36.8	36.69	24.8	30.51	12.8	20.16
36.4	36.52	24.4	30.26	12.4	19.66
36	36.35	24	30	12	19.11
35.6	36.18	23.6	29.74	11.6	18.62
35.2	36	23.2	29.47	11.2	18.07
34.8	35.82	22.8	29.20	10.8	17.50
34.4	35.64	22.4	28.92	10.4	16.91
34	35.46	22	28.64	10	16.29
33.6	35.27	21.6	28.35	9.6	15.65
33.2	35.08	21.2	28.06	9.2	14.99
32.8	34.89	20.8	27.76	8.8	14.29
32.4	34.70	20.4	27.46	8.4	13.56
32	34.50	20	27.15	8	12.80
31.6	34.30	19.6	26.83	7.6	11.99
31.2	34.10	19.2	26.51	7.2	11.15
30.8	33.90	18.8	26.18	6.8	10.25
30.4	33.70	18.4	25.84	6.4	9.30
30	33.49	18	25.50	6	8.29
29.6	33.28	17.6	25.14	5.6	7.21
29.2	33.07	17.2	24.78	5.2	6.05
28.6	32.86	16.8	24.42	4.8	4.80
28.4	32.64	16.4	24.04	4.4	3.44

# 篮球专项

## 测试内容、办法与标准

### 一、助跑摸高（10分）

（一）测试方法：助跑单脚（或双脚）起跳摸高，以摸高的最高高度计分。每人两次，取最佳成绩。

（二）评价标准见评分表（表1）。

**表1 篮球专项测试成绩表**

助跑摸高 10分（米）		往返运球投篮 7分（秒）		五次投篮 5分（次）	
成绩	分值	成绩	分值	成绩	分值
3.20	10	27	7	5	5
3.19	9.8	27.5	6.8	4	4
3.18	9.6	28	6.6	3	3
3.17	9.4	28.5	6.4	2	2
3.16	9.2	29	6.2	1	1
3.15	9	29.5	6		
3.14	8.7	30	5.8		
3.13	8.4	30.5	5.5		
3.12	8.1	31	5.2		
3.11	7.8	31.5	4.9		
3.10	7.5	32	4.6		
3.09	7.2	32.5	4.3		
3.08	6.9	33	4		
3.07	6.6	33.5	3.7		
3.06	6.3	34	3.4		
3.05	6	34.5	3.1		
3.04	5.6	35	2.8		
3.03	5.2	35.5	2.5		
3.02	4.8	36	2.2		
3.01	4.4	36.5	1.9		
3.00	4	37	1.6		
2.99	3.6	37.5	1.3		
2.98	3.2	38	1		
2.97	2.8	38.5	0.6		
2.96	2.2	39	0.2		
2.95	1.8				
2.94	1.4				
2.93	1				
2.92	0.6				
2.91	0.2				

## 二、综合技术（12分）

### （一）测试方法

考试在 28m×15m 的标准场地的一个半场进行测试，考生从罚球线后的罚球圈外中点处出发，即开启计时表；至罚球线后，进行连续 5 次投篮后，抢篮板球，先向左（右）边的边线与中线的交接点运球，然后折回，做运球上篮，如球不进则补篮，直至补球进篮筐后，抢篮板球，再向右（左）边的边线与中线的交接点运球，然后折回，做运球上篮，如球不进则补篮，直至补球进篮筐后；迅速徒手通过罚球圈外的出发点，停止计时表。（见图 1）每人两次，取最佳成绩。

### （二）评分标准

- 1、投篮成绩评分，满分 5 分，详见评分表（表 1）
- 2、运球计时成绩评分，满分 7 分，详见评分表（表 1）

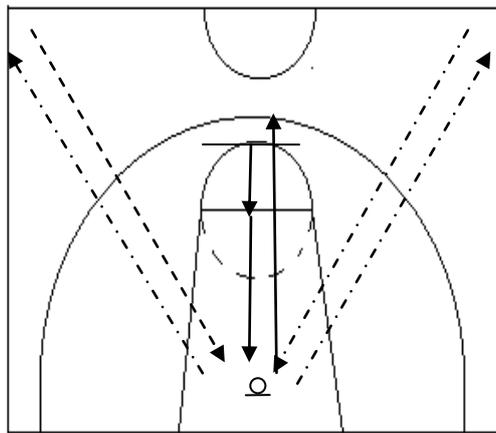


图 1

## 三、比赛（18分）

### （一）测试方法

根据考生人数，进行全场或半场的编队比赛，采用半场人盯人防守的形式，重点测试考生的技术运用和比赛意识。

### （二）评分标准：

满分为 18 分，按四个等级评分：

优秀：个人技术正确熟练，运用合理，比赛意识强，18—15.5 分；

良好：个人技术正确熟练，运用合理，比赛意识较强，15.4—12.5 分；

及格：个人技术运用和比赛意识一般，12.4—10.5 分。

不及格：个人技术运用和比赛意识均较差，10.4 分以下。

# 足球专项

## 测试内容、方法与评分标准

### 一、非守门员测试内容与所占分值

类别	身体素质		基本技术		实战能力
测试内容	立定跳远	5×25 米折返跑	传 准	颠球结合运球过杆射门	比 赛
各项分值	10	20	15	25	30
总分值	100				

### 二、守门员测试内容与所占分值

（守门员报名身材条件：男身高（净高）182 厘米以上 女身高（净高）170cm 以上）

类别	身体素质		基本技术		实战能力
测试内容	立定跳远	5×25 米折返跑	连续左右两侧扑球	颠球结合运球过杆射门	比 赛
各项分值	10	20	15	25	30
总分值	100				

### 三、 专项素质部分（30 分）

1. 立定跳远（10 分） 人工草坪穿足球鞋，每人测试 2 次，每提高 1 厘米按照 0.1 分进行判定。

## 男

分值	成绩(米)	分值	成绩(米)	分值	成绩(米)	分值	成绩(米)
10	2.70	7.8	2.48	5.6	2.26	3.4	2.04
9.8	2.68	7.6	2.46	5.4	2.24	3.2	2.02
9.6	2.66	7.4	2.44	5.2	2.22	3.0	2.00
9.4	2.64	7.2	2.42	5.0	2.20	2.0	1.90
9.2	2.62	7	2.40	4.8	2.18	1.8	1.88
9	2.60	6.8	2.38	4.6	2.16	1.6	1.86
8.8	2.58	6.6	2.36	4.4	2.14	1.4	1.84
8.6	2.56	6.4	2.34	4.2	2.12	1.2	1.82
8.4	2.54	6.2	2.32	4.0	2.10	1	1.80
8.2	2.52	6.0	2.30	3.8	2.08		
8	2.50	5.8	2.28	3.6	2.06		

## 女

分值	成绩(米)	分值	成绩(米)	分值	成绩(米)	分值	成绩(米)
10	2.30	7.8	2.08	5.6	1.86	3.4	1.64
9.8	2.28	7.6	2.06	5.4	1.84	3.2	1.62
9.6	2.26	7.4	2.04	5.2	1.82	3.0	1.60
9.4	2.24	7.2	2.02	5.0	1.80	2.0	1.58
9.2	2.22	7	2.00	4.8	1.78	1.8	1.56
9	2.20	6.8	1.98	4.6	1.76	1.6	1.54
8.8	2.18	6.6	1.96	4.4	1.74	1.4	1.52
8.6	2.16	6.4	1.94	4.2	1.72	1.2	1.51

8.4	2.14	6.2	1.92	4.0	1.70	1	1.50
8.2	2.12	6.0	1.90	3.8	1.68		
8	2.10	5.8	1.88	3.6	1.66		

## 2. 5x25 米折返跑 (20 分)

测试方法：(在人工草坪穿足球鞋)

从起跑线向场内垂直方向快跑，在跑动过程中依次用手击倒位于 5 米、10 米、15 米、20 米和 25 米各处的标识物后返回起跑线，每击倒一个标识物立即返回一次(须将标识物击倒，否则不计成绩)。以站立式起跑，脚动开表，完成所有折返距离回起跑线时停表。每人测试一次。

### 5×25 米折返跑达标评分表 (20 分)

男

分 值	成 绩	分 值	成 绩	分 值	成 绩
20	32"50	13	34"31-34"60	6	36"41-36"70
19	32"51-32"80	12	34"61-34"90	5	36"71-37"00
18	32"81-33"10	11	34"91-35"20	4	37"01-37"30
17	33"11-33"40	10	35"21-35"50	3	37"31-37"60
16	33"41-33"70	9	35"51-35"80	2	37"61-37"90
15	33"71-34"00	8	35"81-36"10	1	37"91-38"20
14	34"01-34"30	7	36"11-36"40		

## 女

分 值	成 绩	分 值	成 绩	分 值	成 绩
20	34"50	13	36"31-36"60	6	38"41-38"70
19	34"51-34"80	12	36"61-36"90	5	38"71-39"00
18	34"81-35"10	11	36"91-37"20	4	39"01-39"30
17	35"11-35"40	10	37"21-37"50	3	39"31-39"60
16	35"41-35"70	9	37"51-37"80	2	39"61-39"90
15	35"71-36"00	8	37"81-38"10	1	39"91-40"20
14	36"01-36"30	7	38"11-38"40		

### 四、专项基本技术部分（40分）

#### （一）、颠球结合运球绕杆射门综合测试（25分）

##### 1、场地设置（图二）

（1）在罚球区线中点处，画一条20米长的垂线，距罚球区线之远端为起点。

（2）距罚球区线2米处起，沿20米垂线插置标杆8根、杆间距离2米，第8根杆距起点4米。

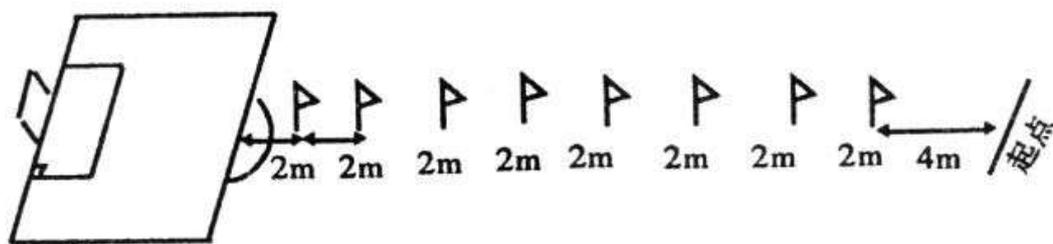
（3）杆固定垂直在地上，插入地下深度不限，以考生碰不倒杆为宜。杆高至少1.5米。

##### 2、测试方法

（1）考生从起点后规定区域开始颠球，脚触球则裁判员立即开表计时。必须颠球20次后，从起点运球逐个绕杆后射门，球越过球门线时停表。

（2）每人2次机会，记最好成绩。

(3) 起点裁判员把颠球数量即时告知考试者，颠球数量达到 20 次后方可在起点线后运球。凡是颠球数量不足，漏杆者，成绩无效。打中门框反弹回场地可重新测试，打门出界者扣除该项总分 3 分。



图二

### 颠球结合运球绕杆射门综合测试评分表(25 分)

男

分 值	成 绩	分 值	成 绩	分 值	成 绩	分 值	成 绩
25	15"0	18	16"6	12.7	18"2	7.6	19"8
24.5	15"1	17.6	16"7	12.4	18"3	7.2	19"9
24	15"2	17.2	16"8	12.1	18"4	6.8	20"0
23.5	15"3	16.8	16"9	11.8	18"5	6.3	20"1
23	15"4	16.4	17"0	11.5	18"6	5.8	20"2
22.5	15"5	16	17"1	11.2	18"7	5.3	20"3
22	15"6	15.7	17"2	10.9	18"8	4.8	20"4
21.6	15"7	15.4	17"3	10.6	18"9	4.2	20"5
21.2	15"8	15.1	17"4	10.3	19"0	3.6	20"6
20.8	15"9	14.8	17"5	10	19"1	3	20"7
20.4	16"0	14.5	17"6	9.7	19"2	2.4	20"8
20	16"1	14.2	17"7	9.4	19"3	1.8	20"9
19.6	16"2	13.9	17"8	9.1	19"4	1.4	21"0
19.2	16"3	13.6	17"9	8.8	19"5	1	21"5

18.8	16"4	13.3	18"0	8.4	19"6		
18.4	16"5	13	18"1	8	19"7		

女

分 值	成 绩	分 值	成 绩	分 值	成 绩	分 值	成 绩
25	17"0	18	18"6	12.7	20"2	7.6	21"8
24.5	17"1	17.6	18"7	12.4	20"3	7.2	21"9
24	17"2	17.2	18"8	12.1	20"4	6.8	22"0
23.5	17"3	16.8	18"9	11.8	20"5	6.3	22"1
23	17"4	16.4	19"0	11.5	20"6	5.8	22"2
22.5	17"5	16	19"1	11.2	20"7	5.3	22"3
22	17"6	15.7	19"2	10.9	20"8	4.8	22"4
21.6	17"7	15.4	19"3	10.6	20"9	4.2	22"5
21.2	17"8	15.1	19"4	10.3	21"0	3.6	22"6
20.8	17"9	14.8	19"5	10	21"1	3	22"7
20.4	18"0	14.5	19"6	9.7	21"2	2.4	22"8
20	18"1	14.2	19"7	9.4	21"3	1.8	22"9
19.6	18"2	13.9	19"8	9.1	21"4	1.4	23"0
19.2	18"3	13.6	19"9	8.8	21"5	1	23"5
18.8	18"4	13.3	20"0	8.4	21"6		
18.4	18"5	13	20"1	8	21"7		

## (二). 踢准 (15 分)

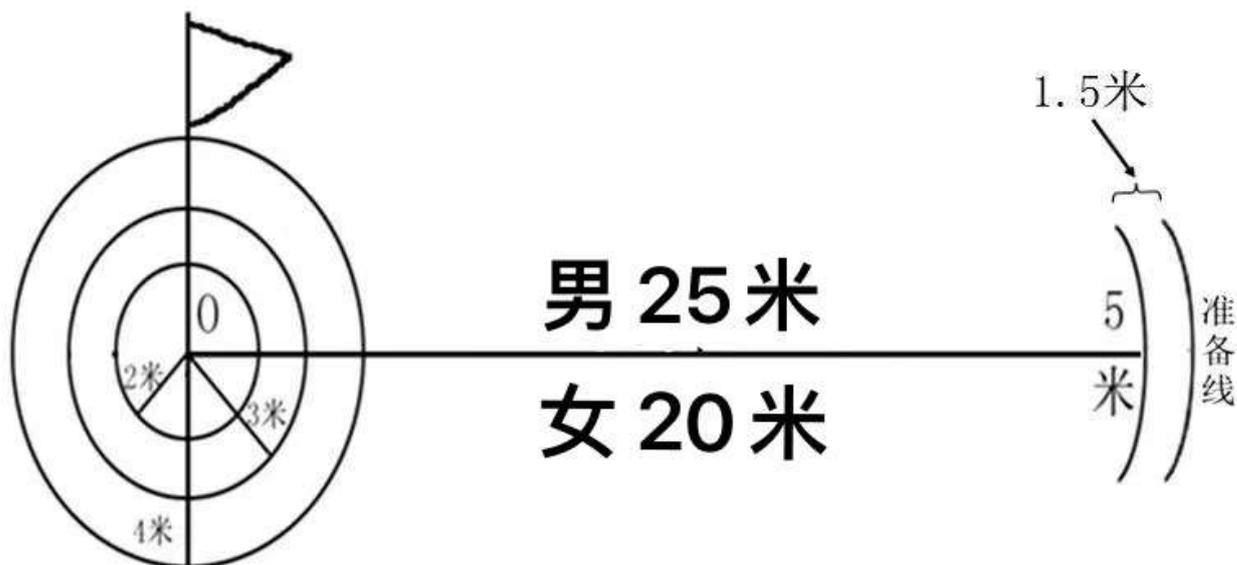


图1 定位球踢准示意图

### 1、场地设置：（图 1）

(1) 以 0 为圆心，以 2、3、4 米为半径，分别画里、外三个圆，圆心处插上一根系有彩旗的标志杆，作为传准的目标。

(2) 以规定距离（男 25 米 女 20 米）为半径，从圆心向任何方向画一个 5 米长的弧为传球限制线，限制线后 1.5 米处为准备线。（如图 1）

### 2、测试方法：每人两次机会取成绩最好一次

(1) 考生将球放在准备线上，球至少向前滚动一周后，在限制线前用任何一脚向圆圈里传球；不得越线传球，否者将判定为传球 1 次且不得分；球落在圆圈里或圈线上均为有效，球在空中触及标志杆（高 150 厘米）为 3 分。

(2) 每人连续做 5 次，每次均记录成绩，5 次成绩之和为该项考试成绩。

(3) 该项成绩满分为 15 分。每踢中半径为 2 米圈内则得 3 分（包括落在线上），每踢中半径为 3 米圈内则得 2 分（包括落在线上），每踢中半径为 4 米圈内则得 1 分（包括落在线上），未踢中者不计成绩。

### (三) . 守门员连续左右两侧扑球

守门员双脚踏在一条直线中点，该线长 7.32 米，两端各划一个直径 50 厘米的圆圈，圈内各放置一个球。（如图 3）当考生听到主考人命令后，快速移动，连续扑捉左、右两侧的球，当球扑出圈外，应当把球放回圈内。左、右侧各扑球 3 个。

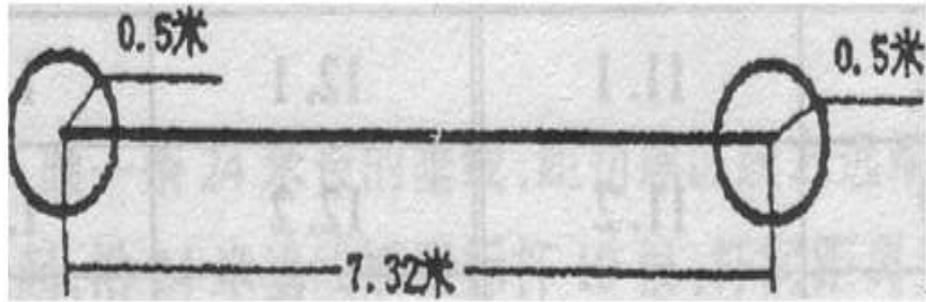


图 3 守门员扑球场地示意图

考生任一脚离地，即开表计时，至将扑捉的第 6 个球放回圈内停表。每人做 1 次，达标成绩见表：

#### 连续左右两侧扑球评分表 (15 分)

##### 男

成绩	分值	成绩	分值	成绩	分值
16"5	15	19"	10	21"5	5
16"6	14.8	19"1	9.8	21"6	4.8
16"7	14.6	19"2	9.6	21"7	4.6
16"8	14.4	19"3	9.4	21"8	4.4
16"9	14.2	19"4	9.2	21"9	4.2
17"	14	19"5	9	22"	4
17"1	13.8	19"6	8.8	22"1	3.8
17"2	13.6	19"7	8.6	22"2	3.6
17"3	13.4	19"8	8.4	22"3	3.4
17"4	13.2	19"9	8.2	22"4	3.2
17"5	13	20"	8	22"5	3
17"6	12.8	20"1	7.8	22"6	2.8
17"7	12.6	20"2	7.6	22"7	2.6
17"8	12.4	20"3	7.4	22"8	2.4

17"9	12.2	20"4	7.2	22"9	2.2
18"	12	20"5	7	23"	2
18"1	11.8	20"6	6.8	23"1	1.8
18"2	11.6	20"7	6.6	23"2	1.6
18"3	11.4	20"8	6.4	23"3	1.4
18"4	11.2	20"9	6.2	23"4	1.2
18"5	11	21"	6	23"5	1
18"6	10.8	21"1	5.8		
18"7	10.6	21"2	5.6		
18"8	10.4	21"3	5.4		
18"9	10.2	21"4	5.2		

女

成 绩	分值	成 绩	分值	成 绩	分值
18"	15	20"5	10	23"	5
18"1	14.8	20"6	9.8	23"1	4.8
18"2	14.6	20"7	9.6	23"2	4.6
18"3	14.4	20"8	9.4	23"3	4.4
18"4	14.2	20"9	9.2	23"4	4.2
18"5	14	21"	9	23"5	4
18"6	13.8	21"1	8.8	23"6	3.8
18"7	13.6	21"2	8.6	23"7	3.6
18"8	13.4	21"3	8.4	23"8	3.4
18"9	13.2	21"4	8.2	23"9	3.2
19"	13	21"5	8	24"	3
19"1	12.8	21"6	7.8	24"1	2.8
19"2	12.6	21"7	7.6	24"2	2.6
19"3	12.4	21"8	7.4	24"3	2.4
19"4	12.2	21"9	7.2	24"4	2.2
19"5	12	22"	7	24"5	2
19"6	11.8	22"1	6.8	24"6	1.8
19"7	11.6	22"2	6.6	24"7	1.6
19"8	11.4	22"3	6.4	24"8	1.4

19"9	11.2	22"4	6.2	24"9	1.2
20"	11	22"5	6	25"	1
20"1	10.8	22"6	5.8		
20"2	10.6	22"7	5.6		
20"3	10.4	22"8	5.4		
20"4	10.2	22"9	5.2		

## 五、实战能力（比赛 30 分）

1、测试方法：视考生人数分组进行比赛

2、评分标准：考评员依据实战评分表（如下表），对考生的技术能力、战术能力、心理素质及比赛作风四个方面进行综合评定，按 10 分制打分，所打分数至多可到小数点后 1 位。（注：10 分值得分乘以 3 为最终得分）

实 战 评 分 表				
等级	优	良	中	差
分值	10-8.6 分	8.5-7.6 分	7.5-6.0 分	6.0 分以下
标 准	战术意识水平表现突出，位置攻守职责完成很好；对抗情况下技术动作运用及完成合理、规范，比赛作风顽强、心理状态稳定。	战术意识水平表现良好，位置攻守职责完成良好，对抗情况下技术动作运用较合理、完成动作比较规范，比赛作风良好，心理状态稳定。	战术意识水平表现一般，位置攻守职责完成一般；对抗情况下技术动作运用合理、完成动作基本规范，比赛作风较好、心理状态较稳定。	战术意识水平表现差，位置攻守职责不清楚，完成很差；对抗情况下技术动作运用不合理、完成动作不规范、比赛作风一般、心理状态不稳定。

# 乒乓球专项

## 测试内容、办法与标准

一、测试内容：教学比赛

二、测试办法：根据报名人数编排对阵比赛，评委依据考生表现进行技评。

三、技评标准（比赛 70% 技评 30%）

等级	优	良	中	差
分值	10-8.6 分	8.5-7.6 分	7.5-6.0 分	6.0 分以下
标准	基本功扎实，个人打法风格突出，技术全面，攻守平衡好；技术动作运用及完成合理、规范；步法移动迅速，具有较高的击球质量；比赛作风顽强、心理状态稳定。	基本功扎实，个人打法风格较突出，技术全面，攻守平衡好；技术动作运用及完成较合理、规范；步法移动迅速，具有一定的击球质量；比赛作风顽强、心理状态稳定。	基本功较扎实，个人打法尚有一定风格，技术较全面，攻守平衡较好；技术动作运用及完成较合理、规范；步法移动基本迅速，具有一定的击球质量；比赛作风较顽强、心理状态较稳定。	基本功一般，个人打法无风格，技术不全面，攻守平衡一般；技术动作运用及完成欠合理、规范；步法移动慢，击球质量差；比赛作风偏软、心理状态不稳定。

# 游泳专项测试内容、办法与标准

表1 男子 蛙泳、自由泳 评分标准

分值	成绩		分值	成绩		分值	成绩	
	50米蛙	50米自		50米蛙	50米自		50米蛙	50米自
40	36秒0	26秒5	26.4	41秒2	31秒7	12.8	54秒5	45秒7
39.6	36秒1	26秒6	26	41秒5	32秒0	12.4	55秒0	46秒3
39.2	36秒2	26秒7	25.6	41秒8	32秒3	12	55秒6	46秒9
38.8	36秒3	26秒8	25.2	42秒1	32秒6	11.6	56秒2	47秒5
38.4	36秒4	26秒9	24.8	42秒4	32秒9	11.2	56秒8	48秒1
38	36秒5	27秒0	24.4	42秒7	33秒2	10.8	57秒4	48秒7
37.6	36秒6	27秒1	24	43秒0	33秒5	10.4	58秒0	49秒3
37.2	36秒7	27秒2	23.6	43秒3	33秒8	10	58秒6	49秒9
36.8	36秒8	27秒3	23.2	43秒6	34秒1	9.6	59秒3	50秒6
36.4	36秒9	27秒4	22.8	43秒9	34秒4	9.2	59秒6	51秒3
36	37秒0	27秒5	22.4	44秒2	34秒7	8.8	1分0秒3	52秒0
35.6	37秒1	27秒6	22	44秒5	35秒0	8.4	1分1秒	52秒7
35.2	37秒2	27秒7	21.6	44秒8	35秒3	8	1分1秒7	53秒4
34.8	37秒3	27秒8	21.2	45秒2	35秒6	7.6	1分2秒4	54秒1
34.4	37秒4	27秒9	20.8	45秒6	36秒0	7.2	1分3秒1	54秒8
34	37秒5	28秒0	20.4	46秒0	36秒4	6.8	1分3秒8	55秒5
33.6	37秒6	28秒1	20	46秒4	36秒8	6.4	1分4秒5	56秒2
33.2	37秒7	28秒3	19.6	46秒8	37秒2	6	1分5秒2	56秒9
32.8	37秒8	28秒5	19.2	47秒2	37秒6	5.6	1分5秒9	57秒6
32.4	38秒0	28秒7	18.8	47秒6	38秒0	5.2	1分6秒6	58秒4
32	38秒2	28秒9	18.4	48秒0	38秒4	4.8	1分7秒4	59秒2
31.6	38秒4	29秒1	18	48秒4	38秒9	4.4	1分8秒2	1分
31.2	38秒6	29秒3	17.6	48秒8	39秒4	4	1分9秒	1分0秒8
30.8	38秒8	29秒5	17.2	49秒2	39秒9	3.6	1分9秒8	1分1秒6
30.4	39秒0	29秒7	16.8	49秒6	40秒4	3.2	1分10秒6	1分2秒4
30	39秒2	29秒9	16.4	50秒0	40秒9	2.8	1分11秒4	1分3秒2
29.6	39秒4	30秒1	16	50秒5	41秒4	2.4	1分12秒2	1分4秒
29.2	39秒6	30秒3	15.6	51秒0	41秒9	2	1分13秒	1分4秒8
28.8	39秒8	30秒5	15.2	51秒5	42秒4	1.6	1分13秒8	1分5秒6
28.4	40秒0	30秒7	14.8	52秒0	42秒9	1.2	1分14秒7	1分6秒5
28	40秒2	30秒9	14.4	52秒5	43秒4	0.8	1分15秒6	1分7秒4
27.6	40秒4	31秒1	14	53秒0	43秒9	0.4	1分19秒	1分9秒
27.2	40秒6	31秒3	13.6	53秒5	44秒5			
26.8	40秒9	31秒5	13.2	54秒0	45秒1			

表2 男子 蝶泳、仰泳 评分标准

分值	成绩		分值	成绩		分值	成绩	
	50米蝶	50米仰		50米蝶	50米仰		50米蝶	50米仰
40	31秒5	34秒5	26.4	38秒5	40秒2	12.8	53秒6	53秒6
39.6	31秒6	34秒6	26	38秒8	40秒5	12.4	54秒3	54秒2
39.2	31秒7	34秒7	25.6	39秒1	41秒8	12	55秒0	54秒8
38.8	31秒8	34秒8	25.2	39秒4	41秒1	11.6	55秒7	55秒4
38.4	31秒9	34秒9	24.8	39秒7	41秒4	11.2	56秒4	56秒0
38	32秒0	35秒0	24.4	40秒1	41秒7	10.8	57秒1	56秒6
37.6	32秒1	35秒1	24	40秒5	42秒0	10.4	57秒8	57秒2
37.2	32秒2	35秒2	23.6	40秒9	42秒3	10	58秒5	57秒8
36.8	32秒3	35秒3	23.2	41秒3	42秒6	9.6	59秒2	58秒4
36.4	32秒4	35秒4	22.8	41秒7	42秒9	9.2	59秒5	59秒0
36	32秒5	35秒5	22.4	42秒1	43秒2	8.8	1分0秒3	59秒7
35.6	32秒7	35秒6	22	42秒5	43秒5	8.4	1分1秒	1分0秒4
35.2	32秒9	35秒7	21.6	43秒0	43秒9	8	1分1秒7	1分1秒1
34.8	33秒1	35秒8	21.2	43秒5	44秒3	7.6	1分2秒4	1分1秒8
34.4	33秒3	35秒9	20.8	44秒0	44秒7	7.2	1分3秒1	1分2秒5
34	33秒5	36秒0	20.4	44秒5	45秒1	6.8	1分3秒8	1分3秒2
33.6	33秒7	36秒2	20	45秒0	45秒5	6.4	1分4秒5	1分3秒9
33.2	33秒9	36秒4	19.6	45秒5	45秒9	6	1分5秒2	1分4秒6
32.8	34秒1	36秒6	19.2	46秒0	46秒3	5.6	1分5秒9	1分5秒4
32.4	34秒3	36秒8	18.8	46秒5	46秒7	5.2	1分6秒6	1分6秒2
32	34秒5	37秒0	18.4	47秒0	47秒1	4.8	1分7秒4	1分7秒
31.6	34秒7	37秒2	18	47秒5	47秒5	4.4	1分8秒2	1分7秒8
31.2	34秒9	37秒4	17.6	48秒0	47秒9	4	1分9秒	1分8秒6
30.8	35秒2	37秒6	17.2	48秒6	48秒3	3.6	1分9秒8	1分9秒4
30.4	35秒6	37秒8	16.8	49秒1	48秒7	3.2	1分10秒6	1分10秒2
30	35秒8	38秒0	16.4	49秒6	49秒1	2.8	1分11秒4	1分11秒
29.6	36秒1	38秒2	16	50秒1	49秒5	2.4	1分12秒2	1分11秒9
29.2	36秒4	38秒4	15.6	50秒6	50秒0	2	1分13秒	1分12秒8
28.8	36秒7	38秒6	15.2	51秒1	50秒5	1.6	1分13秒8	1分13秒7
28.4	37秒0	38秒8	14.8	51秒6	51秒0	1.2	1分14秒7	1分14秒6
28	37秒3	39秒0	14.4	52秒1	51秒5	0.8	1分15秒6	1分15秒5
27.6	37秒6	39秒3	14	52秒6	52秒0	0.4	1分19秒	1分19秒
27.2	37秒9	39秒6	13.6	53秒2	52秒5			
26.8	38秒2	39秒9	13.2	53秒8	53秒0			

表3 女子蛙泳、自由泳评分标准

分值	成绩		分值	成绩		分值	成绩	
	50米蛙	50米自		50米蛙	50米自		50米蛙	50米自
40	40秒0	30秒5	26.4	45秒2	35秒7	12.8	58秒6	47秒8
39.6	40秒1	30秒6	26	45秒5	36秒0	12.4	59秒1	48秒3
39.2	40秒2	30秒7	25.6	45秒8	36秒3	12	59秒7	48秒8
38.8	40秒3	30秒8	25.2	46秒1	36秒6	11.6	1分0秒3	49秒3
38.4	40秒4	30秒9	24.8	46秒4	36秒9	11.2	1分1秒	49秒8
38	40秒5	31秒0	24.4	46秒7	37秒2	10.8	1分1秒7	50秒3
37.6	40秒6	31秒1	24	47秒0	37秒5	10.4	1分2秒4	50秒8
37.2	40秒7	31秒2	23.6	47秒3	37秒8	10	1分3秒1	51秒3
36.8	40秒8	31秒3	23.2	47秒6	38秒1	9.6	1分3秒8	51秒8
36.4	40秒9	31秒4	22.8	47秒9	38秒4	9.2	1分4秒5	52秒3
36	41秒0	31秒5	22.4	48秒2	38秒7	8.8	1分5秒2	52秒8
35.6	41秒1	31秒6	22	48秒5	39秒0	8.4	1分5秒9	53秒3
35.2	41秒2	31秒7	21.6	48秒8	39秒3	8	1分6秒6	53秒8
34.8	41秒3	31秒8	21.2	49秒2	39秒6	7.6	1分7秒4	54秒4
34.4	41秒4	31秒9	20.8	49秒6	39秒9	7.2	1分8秒2	55秒0
34	41秒5	32秒0	20.4	50秒0	40秒2	6.8	1分9秒	55秒6
33.6	41秒6	32秒1	20	50秒4	40秒5	6.4	1分9秒8	56秒2
33.2	41秒7	32秒2	19.6	50秒8	40秒9	6	1分10秒6	56秒8
32.8	41秒8	32秒3	19.2	51秒2	41秒3	5.6	1分11秒4	57秒4
32.4	42秒0	32秒5	18.8	51秒6	41秒7	5.2	1分12秒2	58秒
32	42秒2	32秒7	18.4	52秒0	42秒1	4.8	1分13秒	58秒6
31.6	42秒4	32秒9	18	52秒4	42秒5	4.4	1分13秒8	59秒2
31.2	42秒6	33秒1	17.6	52秒8	42秒9	4	1分14秒7	59秒8
30.8	42秒8	33秒3	17.2	53秒2	43秒3	3.6	1分15秒6	1分0秒6
30.4	43秒0	33秒5	16.8	53秒6	43秒7	3.2	1分16秒5	1分1秒4
30	43秒2	33秒7	16.4	54秒1	44秒1	2.8	1分17秒4	1分2秒2
29.6	43秒4	33秒9	16	54秒6	44秒5	2.4	1分18秒3	1分3秒
29.2	43秒6	34秒1	15.6	55秒1	44秒9	2	1分19秒2	1分3秒8
28.8	43秒8	34秒3	15.2	55秒6	45秒3	1.6	1分20秒1	1分4秒6
28.4	44秒0	34秒5	14.8	56秒1	45秒7	1.2	1分21秒	1分5秒5
28	44秒2	34秒7	14.4	56秒6	46秒1	0.8	1分22秒	1分6秒4
27.6	44秒4	34秒9	14	57秒1	46秒5	0.4	1分25秒	1分7秒5
27.2	44秒6	35秒1	13.6	57秒6	46秒9			
26.8	44秒9	35秒4	13.2	58秒1	47秒3			

表 4 女子 蝶泳、仰泳 评分标准

分 值	成 绩		分 值	成 绩		分 值	成 绩	
	50 米蝶	50 米仰		50 米蝶	50 米仰		50 米蝶	50 米仰
40	35 秒 5	37 秒 5	26.4	42 秒 5	43 秒 7	12.8	57 秒 1	55 秒 8
39.6	35 秒 6	37 秒 6	26	42 秒 8	44 秒 0	12.4	57 秒 6	56 秒 3
39.2	35 秒 7	37 秒 7	25.6	43 秒 1	44 秒 3	12	58 秒 1	56 秒 8
38.8	35 秒 8	37 秒 8	25.2	43 秒 4	44 秒 6	11.6	58 秒 6	57 秒 3
38.4	35 秒 9	37 秒 9	24.8	43 秒 7	44 秒 9	11.2	59 秒 2	57 秒 8
38	36 秒 0	38 秒 0	24.4	44 秒 1	45 秒 2	10.8	59 秒 8	58 秒 3
37.6	36 秒 1	38 秒 1	24	44 秒 5	45 秒 5	10.4	1 分 0 秒 4	58 秒 8
37.2	36 秒 2	38 秒 2	23.6	44 秒 9	45 秒 8	10	1 分 1 秒	59 秒 3
36.8	36 秒 3	38 秒 3	23.2	45 秒 3	46 秒 1	9.6	1 分 1 秒 7	59 秒 8
36.4	36 秒 4	38 秒 4	22.8	45 秒 7	46 秒 4	9.2	1 分 2 秒 4	1 分 0 秒 3
36	36 秒 5	38 秒 6	22.4	46 秒 1	46 秒 7	8.8	1 分 3 秒 1	1 分 0 秒 8
35.6	36 秒 7	38 秒 8	22	46 秒 5	47 秒 0	8.4	1 分 3 秒 8	1 分 1 秒 3
35.2	36 秒 9	39 秒 0	21.6	46 秒 9	47 秒 3	8	1 分 4 秒 5	1 分 1 秒 8
34.8	37 秒 1	39 秒 2	21.2	47 秒 3	47 秒 6	7.6	1 分 5 秒 2	1 分 2 秒 4
34.4	37 秒 3	39 秒 4	20.8	47 秒 7	47 秒 9	7.2	1 分 5 秒 9	1 分 3 秒 0
34	37 秒 5	39 秒 6	20.4	48 秒 1	48 秒 2	6.8	1 分 6 秒 6	1 分 3 秒 6
33.6	37 秒 7	39 秒 8	20	48 秒 5	48 秒 5	6.4	1 分 7 秒 4	1 分 4 秒 2
33.2	37 秒 9	40 秒 0	19.6	48 秒 9	48 秒 9	6	1 分 8 秒 2	1 分 4 秒 8
32.8	38 秒 1	40 秒 2	19.2	49 秒 3	49 秒 3	5.6	1 分 9 秒	1 分 5 秒 4
32.4	38 秒 3	40 秒 4	18.8	49 秒 7	49 秒 7	5.2	1 分 9 秒 8	1 分 6 秒 0
32	38 秒 5	40 秒 6	18.4	50 秒 1	50 秒 1	4.8	1 分 10 秒 6	1 分 6 秒 6
31.6	38 秒 7	40 秒 8	18	50 秒 6	50 秒 5	4.4	1 分 11 秒 4	1 分 7 秒 2
31.2	38 秒 9	41 秒 0	17.6	51 秒 1	50 秒 9	4	1 分 12 秒 2	1 分 7 秒 8
30.8	39 秒 2	41 秒 2	17.2	51 秒 6	51 秒 3	3.6	1 分 13 秒	1 分 8 秒 6
30.4	39 秒 5	41 秒 4	16.8	52 秒 1	51 秒 7	3.2	1 分 13 秒 8	1 分 9 秒 4
30	39 秒 8	41 秒 6	16.4	52 秒 6	52 秒 1	2.8	1 分 14 秒 7	1 分 10 秒 2
29.6	40 秒 1	41 秒 8	16	53 秒 1	52 秒 5	2.4	1 分 15 秒 6	1 分 11 秒 0
29.2	40 秒 4	42 秒 0	15.6	53 秒 6	52 秒 9	2	1 分 16 秒 5	1 分 11 秒 8
28.8	40 秒 7	42 秒 2	15.2	54 秒 1	53 秒 3	1.6	1 分 17 秒 5	1 分 12 秒 6
28.4	41 秒	42 秒 4	14.8	54 秒 6	53 秒 7	1.2	1 分 19 秒	1 分 13 秒 4
28	41 秒 3	42 秒 6	14.4	55 秒 1	54 秒 1	0.8	1 分 20 秒	1 分 14 秒 2
27.6	41 秒 6	42 秒 8	14	55 秒 6	54 秒 5	0.4	1 分 21 秒	1 分 15 秒 0
27.2	41 秒 9	43 秒 1	13.6	56 秒 1	54 秒 9			
26.8	42 秒 2	43 秒 4	13.2	56 秒 6	55 秒 3			

注：游泳项目测试采用 50 米池