附件1

**昆明三中呈贡学校（呈贡一中）体育传统项目学校招生考试身体素质测试办法和评分标准（小学升初中）**

（一）测试方法及规则

1、身体素质测试项目（三项）：立定跳远、60、400米，每项按10分计，三项合计30分。

2、身体素质项目测试参照国家体育总局发布最新田径竞赛规则执行；

（二）身体素质测试项目测试方法和评分标准（附评分表）：

（三）立定跳远：

每人试跳三次，取最好成绩，禁止穿钉鞋测试。

**昆明三中呈贡学校（呈贡一中）体育传统项目学校招生考试**

**身体素质考核标准（小学升初中）**

1.立定跳远

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 男 |  |  |  | 女 |  |  |  |
| 成绩（m） | 分值 |  |  | 成绩（m） | 分值 |  |  |
| 2.30 | 10 | 1.80 | 5 | 2.10 | 10 | 1.60 | 5 |
| 2.25 | 9．5 | 1.75 | 4.5 | 2.05 | 9．5 | 1.55 | 4.5 |
| 2.20 | 9 | 1.70 | 4 | 2.00 | 9 | 1.50 | 4 |
| 2.15 | 8.5 | 1.65 | 3.5 | 1.95 | 8.5 | 1.45 | 3.5 |
| 2.10 | 8 | 1.60 | 3 | 1.90 | 8 | 1.40 | 3 |
| 2.05 | 7.5 | 1.55 | 2.5 | 1.85 | 7.5 | 1.35 | 2.5 |
| 2.00 | 7 | 1.50 | 2 | 1.80 | 7 | 1.30 | 2 |
| 1.95 | 6.5 | 1.45 | 1.5 | 1.75 | 6.5 | 1.25 | 1.5 |
| 1.90 | 6 | 1.40 | 1 | 1.70 | 6 | 1.20 | 1 |
| 1.85 | 5.5 |  |  | 1.65 | 5.5 |  |  |

2.60m

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 男 |  |  |  | 女 |  |  |  |
| 成绩 | 分值 |  |  | 成绩 | 分值 |  |  |
| 8″5 | 10 | 10″5 | 5 | 9″0 | 10 | 11″0 | 5 |
| 8″7 | 9．5 | 10″7 | 4.5 | 9″2 | 9．5 | 11″2 | 4.5 |
| 8″9 | 9 | 10″9 | 4 | 9″4 | 9 | 11″4 | 4 |
| 9″1 | 8.5 | 11″1 | 3.5 | 9″6 | 8.5 | 11″6 | 3.5 |
| 9″3 | 8 | 11″3 | 3 | 9″8 | 8 | 11″8 | 3 |
| 9″5 | 7.5 | 11″5 | 2.5 | 10″0 | 7.5 | 12″0 | 2.5 |
| 9″7 | 7 | 11″7 | 2 | 10″2 | 7 | 12″2 | 2 |
| 9″9 | 6.5 | 11″9 | 1.5 | 10″4 | 6.5 | 12″4 | 1.5 |
| 10″1 | 6 | 12″1 | 1 | 10″6 | 6 | 12″6 | 1 |
| 10″3 | 5.5 |  |  | 10″8 | 5.5 |  |  |

3.400m

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 男 |  |  |  | 女 |  |  |  |
| 成绩 | 分值 |  |  | 成绩 | 分值 |  |  |
| 1′10″ | 10 | 1′30″ | 5 | 1′20″ | 10 | 1′40″ | 5 |
| 1′12″ | 9．5 | 1′32″ | 4.5 | 1′22″ | 9．5 | 1′42″ | 4.5 |
| 1′14″ | 9 | 1′34″ | 4 | 1′24″ | 9 | 1′44″ | 4 |
| 1′16″ | 8.5 | 1′36″ | 3.5 | 1′26″ | 8.5 | 1′46″ | 3.5 |
| 1′18″ | 8 | 1′38″ | 3 | 1′28″ | 8 | 1′48″ | 3 |
| 1′20″ | 7.5 | 1′40″ | 2.5 | 1′30″ | 7.5 | 1′50″ | 2.5 |
| 1′22″ | 7 | 1′42″ | 2 | 1′32″ | 7 | 1′52″ | 2 |
| 1′24″ | 6.5 | 1′44″ | 1.5 | 1′34″ | 6.5 | 1′54″ | 1.5 |
| 1′26″ | 6 | 1′46″ | 1 | 1′36″ | 6 | 1′56″ | 1 |
| 1′28″ | 5.5 |  |  | 1′38″ | 5.5 |  |  |