

附件 13：《国家学生体质健康标准》评分表

表 1.1 小学一、二年级男生身高标准体重（体重单位：公斤）

身高段（厘米）	营养不良	较低体重	正常体重	超重	肥胖
	50 分	60 分	100 分	60 分	50 分
106.0~106.9	<14.8	14.8~16.8	16.9~19.1	19.2~19.8	>=19.9
107.0~107.9	<15.1	15.1~17.1	17.2~19.5	19.6~20.3	>=20.4
108.0~108.9	<15.3	15.3~17.5	17.6~19.9	20.0~20.7	>=20.8
109.0~109.9	<15.6	15.6~17.9	18.0~20.3	20.4~21.1	>=21.2
110.0~110.9	<15.8	15.8~18.3	18.4~20.7	20.8~21.5	>=21.6
111.0~111.9	<16.1	16.1~18.6	18.7~21.1	21.2~21.9	>=22.0
112.0~112.9	<16.4	16.4~18.9	19.0~21.5	21.6~22.3	>=22.4
113.0~113.9	<16.7	16.7~19.2	19.3~22.0	22.1~22.8	>=22.9
114.0~114.9	<17.0	17.0~19.6	19.7~22.4	22.2~23.5	>=23.3
115.0~115.9	<17.3	17.3~19.9	20.0~22.8	22.9~23.6	>=23.7
116.0~116.9	<17.6	17.6~20.3	20.4~23.2	23.3~24.1	>=24.2
117.0~117.9	<18.0	18.0~20.6	20.7~23.6	23.7~24.6	>=24.7
118.0~118.9	<18.3	18.3~21.0	21.1~24.1	24.2~25.0	>=25.1
119.0~119.9	<18.6	18.6~21.4	21.5~24.6	24.7~25.5	>=25.6
120.0~120.9	<19.0	19.0~21.8	21.9~25.1	25.2~26.2	>=26.3
121.0~121.9	<19.4	19.4~22.2	22.3~25.6	25.7~26.8	>=26.9
122.0~122.9	<19.7	19.7~22.6	22.7~26.2	26.3~27.4	>=27.5
123.0~123.9	<20.1	20.1~23.0	23.1~26.8	26.9~28.0	>=28.1
124.0~124.9	<20.5	20.5~23.4	23.5~27.3	27.4~28.6	>=28.7
125.0~125.9	<20.9	20.9~23.8	23.9~27.8	27.9~29.2	>=29.3
126.0~126.9	<21.3	21.3~24.3	24.4~28.5	28.6~29.8	>=29.9
127.0~127.9	<21.7	21.7~24.7	24.8~29.0	29.1~30.4	>=30.5
128.0~128.9	<22.1	22.1~25.1	25.2~29.5	29.6~31.0	>=31.1
129.0~129.9	<22.6	22.6~25.6	25.7~30.1	30.2~31.6	>=31.7
130.0~130.9	<23.0	23.0~26.1	26.2~30.9	31.0~32.3	>=32.4
131.0~131.9	<23.5	23.5~26.6	26.7~31.6	31.7~33.2	>=33.3
132.0~132.9	<23.9	23.9~27.1	27.2~32.3	32.4~34.0	>=34.1
133.0~133.9	<24.4	24.4~27.7	27.8~32.9	33.0~34.7	>=34.8
134.0~134.9	<24.9	24.9~28.3	28.4~33.6	33.7~35.3	>=35.4
135.0~135.9	<25.3	25.3~28.9	29.0~34.2	34.3~36.0	>=36.1
136.0~136.9	<25.8	25.8~29.5	29.6~34.9	35.0~36.7	>=36.8
137.0~137.9	<26.4	26.4~30.1	30.2~35.6	35.7~37.4	>=37.5
138.0~138.9	<27.0	27.0~30.8	30.9~36.3	36.4~38.2	>=38.3
139.0~139.9	<27.6	27.6~31.5	31.6~37.1	37.2~39.1	>=39.2
140.0~140.9	<28.1	28.1~32.2	32.3~38.0	38.1~40.0	>=40.1
141.0~141.9	<28.6	28.6~32.9	33.0~38.9	39.0~40.9	>=41.0
142.0~142.9	<29.1	29.1~33.7	33.8~39.8	39.9~41.8	>=41.9
143.0~143.9	<29.7	29.7~34.5	34.6~40.7	40.8~42.7	>=42.8

144.0~144.9	<30.3	30.3~35.2	35.3~41.7	41.8~43.6	>=43.7
145.0~145.9	<30.9	30.9~35.9	36.0~42.3	42.4~44.5	>=44.6
146.0~146.9	<31.5	31.5~36.6	36.7~43.2	43.3~45.4	>=45.5
147.0~147.9	<32.1	32.1~37.4	37.5~44.2	44.3~46.4	>=46.5
148.0~148.9	<32.7	32.7~38.1	38.2~45.0	45.1~47.3	>=47.4
149.0~149.9	<33.3	33.3~38.8	38.9~45.9	46.0~48.2	>=48.3
150.0~150.9	<34.0	34.0~39.5	39.6~46.7	46.8~49.1	>=49.2
151.0~151.9	<34.6	34.6~40.1	40.2~47.5	47.6~49.9	>=50.0
152.0~152.9	<35.2	35.2~40.9	41.0~48.4	48.5~50.7	>=50.8
153.0~153.9	<35.9	35.9~41.6	41.7~49.1	49.2~51.5	>=51.6
154.0~154.9	<36.5	36.5~42.4	42.5~49.9	50.0~52.4	>=52.5
155.0~155.9	<37.1	37.1~43.3	43.4~51.1	51.2~53.4	>=53.5

注：身高低于表中所列出的最低身高段的下限值时，身高每低 1 厘米，实测体重需加上 0.5 公斤，实测身高需加上 1 厘米，再查表确定分值。身高高于表中所列出的最高身高段时，身高每高 1 厘米，其实测体重需减去 0.9 公斤，实测身高需减去 1 厘米，再查表确定分值。

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 1.2 小学一、二年级女生身高标准体重（体重单位：公斤）

身高段(厘米)	营养不良	较低体重	正常体重	超重	肥胖
	50 分	60 分	100 分	60 分	50 分
106.0~106.9	<14.8	14.8~16.9	17.0~19.4	19.5~20.3	>=20.4
107.0~107.9	<14.9	14.9~17.0	17.1~19.6	19.7~20.4	>=20.5
108.0~108.9	<15.0	15.0~17.2	17.3~19.8	19.9~20.6	>=20.7
109.0~109.9	<15.2	15.2~17.5	17.6~20.0	20.1~20.8	>=20.9
110.0~110.9	<15.5	15.5~17.8	17.9~20.3	20.4~21.1	>=21.2
111.0~111.9	<15.7	15.7~18.1	18.2~20.6	20.7~21.5	>=21.6
112.0~112.9	<16.0	16.0~18.5	18.6~21.1	21.2~21.9	>=22.0
113.0~113.9	<16.2	16.2~18.8	18.9~21.5	21.6~22.3	>=22.4
114.0~114.9	<16.5	16.5~19.1	19.2~21.8	21.9~22.7	>=22.8
115.0~115.9	<16.8	16.8~19.4	19.5~22.3	22.4~23.2	>=23.3
116.0~116.9	<17.2	17.2~19.8	19.9~22.6	22.7~23.7	>=23.8
117.0~117.9	<17.5	17.5~20.2	20.3~23.0	23.1~24.2	>=24.3
118.0~118.9	<17.9	17.9~20.6	20.7~23.4	23.5~24.7	>=24.8
119.0~119.9	<18.2	18.2~20.9	21.0~24.0	24.1~25.2	>=25.3
120.0~120.9	<18.4	18.4~21.3	21.4~24.5	24.6~25.7	>=25.8
121.0~121.9	<18.8	18.8~21.7	21.8~25.0	25.1~26.1	>=26.2
122.0~122.9	<19.2	19.2~22.1	22.2~25.4	25.5~26.6	>=26.7
123.0~123.9	<19.6	19.6~22.6	22.7~25.9	26.0~27.1	>=27.2
124.0~124.9	<20.0	20.0~23.1	23.2~26.5	26.6~27.6	>=27.7
125.0~125.9	<20.4	20.4~23.6	23.7~27.0	27.1~28.2	>=28.3

126.0~126.9	<20.9	20.9~24.0	24.1~27.5	27.6~28.8	>=28.9
127.0~127.9	<21.4	21.4~24.6	24.7~28.1	28.2~29.4	>=29.5
128.0~128.9	<21.8	21.8~25.0	25.1~28.8	28.9~30.1	>=30.2
129.0~129.9	<22.3	22.3~25.6	25.7~29.6	29.7~31.0	>=31.1
130.0~130.9	<22.7	22.7~26.2	26.3~30.5	30.6~31.8	>=31.9
131.0~131.9	<23.2	23.2~26.7	26.8~31.1	31.2~32.5	>=32.6
132.0~132.9	<23.7	23.7~27.3	27.4~31.8	31.9~33.3	>=33.4
133.0~133.9	<24.1	24.1~27.7	27.8~32.6	32.7~34.1	>=34.2
134.0~134.9	<24.7	24.7~28.5	28.6~33.3	33.4~34.9	>=35.0
135.0~135.9	<25.1	25.1~29.2	29.3~34.3	34.4~36.0	>=36.1
136.0~136.9	<25.7	25.7~29.9	30.0~35.2	35.3~36.9	>=37.0
137.0~137.9	<26.3	26.3~30.7	30.8~36.0	36.1~37.7	>=37.8
138.0~138.9	<27.0	27.0~31.5	31.6~36.9	37.0~38.7	>=38.8
139.0~139.9	<27.4	27.4~32.1	32.2~37.8	37.9~39.7	>=39.8
140.0~140.9	<27.8	27.8~32.8	32.9~38.7	38.8~40.6	>=40.7
141.0~141.9	<28.5	28.5~33.5	33.6~39.7	39.8~41.7	>=41.8
142.0~142.9	<29.1	29.1~34.2	34.3~40.7	40.8~42.8	>=42.9
143.0~143.9	<29.7	29.7~35.0	35.1~41.6	41.7~43.8	>=43.9
144.0~144.9	<30.3	30.3~35.7	35.8~42.6	42.7~44.9	>=45.0
145.0~145.9	<30.8	30.8~36.4	36.5~43.6	43.7~46.0	>=46.1
146.0~146.9	<31.4	31.4~37.1	37.2~44.5	44.6~46.9	>=47.0
147.0~147.9	<32.1	32.1~37.8	37.9~45.3	45.4~47.8	>=47.9
148.0~148.9	<32.6	32.6~38.5	38.6~46.2	46.3~48.7	>=48.8
149.0~149.9	<33.2	33.2~39.1	39.2~46.9	47.0~49.5	>=49.6
150.0~150.9	<33.7	33.7~39.7	39.8~47.7	47.8~50.5	>=50.6
151.0~151.9	<34.4	34.4~40.4	40.5~48.7	48.8~51.4	>=51.5
152.0~152.9	<34.9	34.9~41.1	41.2~49.5	49.6~52.3	>=52.4
153.0~153.9	<35.6	35.6~41.8	41.9~50.4	50.5~53.2	>=53.3
154.0~154.9	<36.2	36.2~42.5	42.6~51.1	51.2~54.0	>=54.1
155.0~155.9	<36.9	36.9~43.2	43.3~52.0	52.1~54.8	>=54.9

注：身高低于表中所列出的最低身高段的下限值时，身高每低 1 厘米，实测体重需加上 0.5 公斤，实测身高需加上 1 厘米，再查表确定分值。身高高于表中所列出的最高身高段时，身高每高 1 厘米，其实测体重需减去 0.9 公斤，实测身高需减去 1 厘米，再查表确定分值。

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 1.3 小学一、二年级男生各测试项目评分标准

等级	单项得分	50 米跑 (秒)	25 米× 2 往返 跑(秒)	立 定 跳 远(米)	投 沙 包 (米)	坐位体前 屈(厘米)	跳 绳 (次/ 分钟)	踢 毽 子 (次/30 秒)
优秀	100	9.4	9.8	1.56	23.6	12.4	140	45

	98	9.5	10.0	1.55	22.3	12.1	134	43
	96	9.6	10.3	1.54	20.5	11.6	124	40
	94	9.7	10.6	1.53	18.6	11.2	115	38
	92	9.8	11.0	1.51	16.0	10.6	103	34
	90	9.9	11.4	1.49	13.5	10.0	90	30
良好	87	10.1	11.5	1.47	12.9	9.4	86	29
	84	10.5	11.8	1.43	11.9	8.5	81	28
	81	10.8	12.0	1.39	10.9	7.6	75	26
	78	11.3	12.3	1.35	9.6	6.4	68	24
	75	11.8	12.5	1.30	8.4	5.3	60	22
及格	72	11.9	12.8	1.27	7.9	4.6	56	21
	69	12.1	13.2	1.23	7.3	3.5	51	20
	66	12.2	13.6	1.19	6.7	2.5	45	19
	63	12.4	14.1	1.13	5.9	1.1	38	17
	60	12.6	14.6	1.07	5.0	-0.3	30	15
不及格	50	12.7	15.0	1.06	4.8	-0.9	28	14
	40	12.9	15.7	1.03	4.5	-1.7	24	12
	30	13.0	16.4	1.00	4.1	-2.5	20	10
	20	13.2	17.3	0.97	3.7	-3.7	15	8
	10	13.4	18.2	0.93	3.2	-4.8	10	5

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 1.4 小学一、二年级女生各测试项目评分标准

等级	单项得分	50 米跑 (秒)	25 米×2 往返跑 (秒)	立定跳 远(米)	投沙包 (米)	坐位体 前屈(厘 米)	跳绳(次 /1 分钟)	踢毽子 (次/30 秒)
优 秀	100	9.9	10.1	1.47	21.6	15.1	145	40
	98	10.0	10.3	1.46	20.1	14.9	138	38
	96	10.1	10.6	1.44	17.9	14.5	128	35
	94	10.2	11.0	1.43	15.7	14.1	118	33
	92	10.3	11.4	1.40	12.8	13.5	104	29
	90	10.5	11.9	1.38	9.9	13.0	90	25
良 好	87	10.7	12.0	1.36	9.4	12.3	86	24
	84	11.1	12.3	1.32	8.6	11.3	81	22
	81	11.5	12.5	1.29	7.8	10.2	75	20
	78	12.0	12.7	1.25	6.8	8.9	68	18
	75	12.5	13.0	1.20	5.7	7.5	60	15
及 格	72	12.6	13.3	1.18	5.4	6.7	56	14
	69	12.7	13.7	1.14	5.0	5.5	51	13
	66	12.9	14.1	1.10	4.6	4.4	45	12
	63	13.0	14.6	1.05	4.0	2.8	38	11
	60	13.2	15.1	0.99	3.5	1.2	30	9

不 及 格	50	13.3	15.3	0.98	3.3	0.8	28	8
	40	13.5	15.7	0.95	3.1	0.1	24	7
	30	13.7	16.0	0.92	2.9	-0.5	20	6
	20	13.9	16.5	0.89	2.6	-1.4	15	5
	10	14.1	17.0	0.86	2.4	-2.3	10	3

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 1.5 小学三、四年级男生身高标准体重（体重单位：公斤）

身高段（厘米）	营养不良	较低体重	正常体重	超重	肥胖
	50 分	60 分	100 分	60 分	50 分
106.0~106.9	<14.8	14.8~16.8	16.9~19.1	19.2~19.8	>=19.9
107.0~107.9	<15.1	15.1~17.1	17.2~19.5	19.6~20.3	>=20.4
108.0~108.9	<15.3	15.3~17.5	17.6~19.9	20.0~20.7	>=20.8
109.0~109.9	<15.6	15.6~17.9	18.0~20.3	20.4~21.1	>=21.2
110.0~110.9	<15.8	15.8~18.3	18.4~20.7	20.8~21.5	>=21.6
111.0~111.9	<16.1	16.1~18.6	18.7~21.1	21.2~21.9	>=22.0
112.0~112.9	<16.4	16.4~18.9	19.0~21.5	21.6~22.3	>=22.4
113.0~113.9	<16.7	16.7~19.2	19.3~22.0	22.1~22.8	>=22.9
114.0~114.9	<17.0	17.0~19.6	19.7~22.4	22.5~23.2	>=23.3
115.0~115.9	<17.3	17.3~19.9	20.0~22.8	22.9~23.6	>=23.7
116.0~116.9	<17.6	17.6~20.3	20.4~23.2	23.3~24.1	>=24.2
117.0~117.9	<18.0	18.0~20.6	20.7~23.6	23.7~24.6	>=24.7
118.0~118.9	<18.3	18.3~21.0	21.1~24.1	24.2~25.0	>=25.1
119.0~119.9	<18.6	18.6~21.4	21.5~24.6	24.7~25.5	>=25.6
120.0~120.9	<19.0	19.0~21.8	21.9~25.1	25.2~26.2	>=26.3
121.0~121.9	<19.4	19.4~22.2	22.3~25.6	25.7~26.8	>=26.9
122.0~122.9	<19.7	19.7~22.6	22.7~26.2	26.3~27.4	>=27.5
123.0~123.9	<20.1	20.1~23.0	23.1~26.8	26.9~28.0	>=28.1
124.0~124.9	<20.5	20.5~23.4	23.5~27.3	27.4~28.6	>=28.7
125.0~125.9	<20.9	20.9~23.8	23.9~27.8	27.9~29.2	>=29.3
126.0~126.9	<21.3	21.3~24.3	24.4~28.5	28.6~29.8	>=29.9
127.0~127.9	<21.7	21.7~24.7	24.8~29.0	29.1~30.4	>=30.5
128.0~128.9	<22.1	22.1~25.1	25.2~29.5	29.6~31.0	>=31.1
129.0~129.9	<22.6	22.6~25.6	25.7~30.1	30.2~31.6	>=31.7
130.0~130.9	<23.0	23.0~26.1	26.2~30.9	31.0~32.3	>=32.4
131.0~131.9	<23.5	23.5~26.6	26.7~31.6	31.7~33.2	>=33.3
132.0~132.9	<23.9	23.9~27.1	27.2~32.3	32.4~34.0	>=34.1
133.0~133.9	<24.4	24.4~27.7	27.8~32.9	33.0~34.7	>=34.8
134.0~134.9	<24.9	24.9~28.3	28.4~33.6	33.7~35.3	>=35.4
135.0~135.9	<25.3	25.3~28.9	29.0~34.2	34.3~36.0	>=36.1
136.0~136.9	<25.8	25.8~29.5	29.6~34.9	35.0~36.7	>=36.8
137.0~137.9	<26.4	26.4~30.1	30.2~35.6	35.7~37.4	>=37.5

138.0~138.9	<27.0	27.0~30.8	30.9~36.3	36.4~38.2	>=38.3
139.0~139.9	<27.6	27.6~31.5	31.6~37.1	37.2~39.1	>=39.2
140.0~140.9	<28.1	28.1~32.2	32.3~38.0	38.1~40.0	>=40.1
141.0~141.9	<28.6	28.6~32.9	33.0~38.9	39.0~40.9	>=41.0
142.0~142.9	<29.1	29.1~33.7	33.8~39.8	39.9~41.8	>=41.9
143.0~143.9	<29.7	29.7~34.5	34.6~40.7	40.8~42.7	>=42.8
144.0~144.9	<30.3	30.3~35.2	35.3~41.7	41.8~43.6	>=43.7
145.0~145.9	<30.9	30.9~35.9	36.0~42.3	42.4~44.5	>=44.6
146.0~146.9	<31.5	31.5~36.6	36.7~43.2	43.3~45.4	>=45.5
147.0~147.9	<32.1	32.1~37.4	37.5~44.2	44.3~46.4	>=46.5
148.0~148.9	<32.7	32.7~38.1	38.2~45.0	45.1~47.3	>=47.4
149.0~149.9	<33.3	33.3~38.8	38.9~45.9	46.0~48.2	>=48.3
150.0~150.9	<34.0	34.0~39.5	39.6~46.7	46.8~49.1	>=49.2
151.0~151.9	<34.6	34.6~40.1	40.2~47.5	47.6~49.9	>=50.0
152.0~152.9	<35.2	35.2~40.9	41.0~48.4	48.5~50.7	>=50.8
153.0~153.9	<35.9	35.9~41.6	41.7~49.1	49.2~51.5	>=51.6
154.0~154.9	<36.5	36.5~42.4	42.5~49.9	50.0~52.4	>=52.5
155.0~155.9	<37.1	37.1~43.3	43.4~51.1	51.2~53.4	>=53.5

注：身高低于表中所列出的最低身高段的下限值时，身高每低 1 厘米，实测体重需加上 0.5 公斤，实测身高需加上 1 厘米，再查表确定分值。身高高于表中所列出的最高身高段时，身高每高 1 厘米，其实测体重需减去 0.9 公斤，实测身高需减去 1 厘米，再查表确定分值。

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 1.6 小学三、四年级女生身高标准体重（体重单位：公斤）

身高段（厘米）	营养不良	较低体重	正常体重	超重	肥胖
	50 分	60 分	100 分	60 分	50 分
106.0~106.9	<14.8	14.8~16.9	17.0~19.4	19.5~20.3	>=20.4
107.0~107.9	<14.9	14.9~17.0	17.1~19.6	19.7~20.4	>=20.5
108.0~108.9	<15.0	15.0~17.2	17.3~19.8	19.9~20.6	>=20.7
109.0~109.9	<15.2	15.2~17.5	17.6~20.0	20.1~20.8	>=20.9
110.0~110.9	<15.5	15.5~17.8	17.9~20.3	20.4~21.1	>=21.2
111.0~111.9	<15.7	15.7~18.1	18.2~20.6	20.7~21.5	>=21.6
112.0~112.9	<16.0	16.0~18.5	18.6~21.1	21.2~21.9	>=22.0
113.0~113.9	<16.2	16.2~18.8	18.9~21.5	21.6~22.3	>=22.4
114.0~114.9	<16.5	16.5~19.1	19.2~21.8	21.9~22.7	>=22.8
115.0~115.9	<16.8	16.8~19.4	19.5~22.3	22.4~23.2	>=23.3
116.0~116.9	<17.2	17.2~19.8	19.9~22.6	22.7~23.7	>=23.8
117.0~117.9	<17.5	17.5~20.2	20.3~23.0	23.1~24.2	>=24.3
118.0~118.9	<17.9	17.9~20.6	20.7~23.4	23.5~24.7	>=24.8

119.0~119.9	<18.2	18.2~20.9	21.0~24.0	24.1~25.2	>=25.3
120.0~120.9	<18.4	18.4~21.3	21.4~24.5	24.6~25.7	>=25.8
121.0~121.9	<18.8	18.8~21.7	21.8~25.0	25.1~26.1	>=26.2
122.0~122.9	<19.2	19.2~22.1	22.2~25.4	25.5~26.6	>=26.7
123.0~123.9	<19.6	19.6~22.6	22.7~25.9	26.0~27.1	>=27.2
124.0~124.9	<20.0	20.0~23.1	23.2~26.5	26.6~27.6	>=27.7
125.0~125.9	<20.4	20.4~23.6	23.7~27.0	27.1~28.2	>=28.3
126.0~126.9	<20.9	20.9~24.0	24.1~27.5	27.6~28.8	>=28.9
127.0~127.9	<21.4	21.4~24.6	24.7~28.1	28.2~29.4	>=29.5
128.0~128.9	<21.8	21.8~25.0	25.1~28.8	28.9~30.1	>=30.2
129.0~129.9	<22.3	22.3~25.6	25.7~29.6	29.7~31.0	>=31.1
130.0~130.9	<22.7	22.7~26.2	26.3~30.5	30.6~31.8	>=31.9
131.0~131.9	<23.2	23.2~26.7	26.8~31.1	31.2~32.5	>=32.6
132.0~132.9	<23.7	23.7~27.3	27.4~31.8	31.9~33.3	>=33.4
133.0~133.9	<24.1	24.1~27.7	27.8~32.6	32.7~34.1	>=34.2
134.0~134.9	<24.7	24.7~28.5	28.6~33.3	33.4~34.9	>=35.0
135.0~135.9	<25.1	25.1~29.2	29.3~34.3	34.4~36.0	>=36.1
136.0~136.9	<25.7	25.7~29.9	30.0~35.2	35.3~36.9	>=37.0
137.0~137.9	<26.3	26.3~30.7	30.8~36.0	36.1~37.7	>=37.8
138.0~138.9	<27.0	27.0~31.5	31.6~36.9	37.0~38.7	>=38.8
139.0~139.9	<27.4	27.4~32.1	32.2~37.8	37.9~39.7	>=39.8
140.0~140.9	<27.8	27.8~32.8	32.9~38.7	38.8~40.6	>=40.7
141.0~141.9	<28.5	28.5~33.5	33.6~39.7	39.8~41.7	>=41.8
142.0~142.9	<29.1	29.1~34.2	34.3~40.7	40.8~42.8	>=42.9
143.0~143.9	<29.7	29.7~35.0	35.1~41.6	41.7~43.8	>=43.9
144.0~144.9	<30.3	30.3~35.7	35.8~42.6	42.7~44.9	>=45.0
145.0~145.9	<30.8	30.8~36.4	36.5~43.6	43.7~46.0	>=46.1
146.0~146.9	<31.4	31.4~37.1	37.2~44.5	44.6~46.9	>=47.0
147.0~147.9	<32.1	32.1~37.8	37.9~45.3	45.4~47.8	>=47.9
148.0~148.9	<32.6	32.6~38.5	38.6~46.2	46.3~48.7	>=48.8
149.0~149.9	<33.2	33.2~39.1	39.2~46.9	47.0~49.5	>=49.6
150.0~150.9	<33.7	33.7~39.7	39.8~47.7	47.8~50.5	>=50.6
151.0~151.9	<34.4	34.4~40.4	40.5~48.7	48.8~51.4	>=51.5
152.0~152.9	<34.9	34.9~41.1	41.2~49.5	49.6~52.3	>=52.4
153.0~153.9	<35.6	35.6~41.8	41.9~50.4	50.5~53.2	>=53.3
154.0~154.9	<36.2	36.2~42.5	42.6~51.1	51.2~54.0	>=54.1
155.0~155.9	<36.9	36.9~43.2	43.3~52.0	52.1~54.8	>=54.9

注：身高低于表中所列出的最低身高段的下限值时，身高每低 1 厘米，实测体重需加上 0.5 公斤，实测身高需加上 1 厘米，再查表确定分值。身高高于表中所列出的最高身高段时，身高每高 1 厘米，其实测体重需减去 0.9 公斤，实测身高需减去 1 厘米，再查表确定分值。

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 1.7 小学三、四年级男生各测试项目评分标准

等级	单项得分	50 米跑 (秒)	25 米×2 往返跑 (秒)	立定跳 远 (米)	掷实心 球 (米)	坐位体 前屈 (厘 米)	跳绳 (次 /1 分钟)	仰卧起 坐 (次/1 分钟)
优 秀	100	8.6	9.4	1.78	9.5	12.9	160	48
	98	8.7	9.5	1.77	9.2	12.6	154	47
	96	8.8	9.7	1.75	8.7	12.1	144	46
	94	8.9	9.8	1.74	8.3	11.7	135	44
	92	9.0	10.1	1.72	7.6	11.1	123	42
	90	9.1	10.3	1.70	7.0	10.5	110	40
良 好	87	9.3	10.5	1.68	6.9	9.9	106	39
	84	9.6	10.9	1.65	6.7	8.9	101	38
	81	9.8	11.3	1.61	6.5	8.0	95	37
	78	10.2	11.7	1.57	6.3	6.7	88	35
	75	10.5	12.2	1.53	6.0	5.5	80	34
及 格	72	10.6	12.3	1.50	5.9	4.7	75	32
	69	10.8	12.5	1.45	5.7	3.5	68	30
	66	10.9	12.6	1.41	5.5	2.4	60	27
	63	11.1	12.8	1.35	5.3	0.8	50	24
	60	11.2	13.0	1.29	5.0	-0.8	40	21
不 及 格	50	11.3	13.2	1.28	4.6	-1.4	37	20
	40	11.4	13.5	1.26	4.1	-2.2	32	18
	30	11.6	13.8	1.23	3.5	-3.1	28	17
	20	11.7	14.1	1.20	2.8	-4.2	21	15
	10	11.9	14.5	1.17	2.0	-5.3	15	13

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 1.8 小学三、四年级女生各测试项目评分标准

等级	单项得分	50 米跑 (秒)	25 米×2 往返跑 (秒)	立定跳 远 (米)	掷实心 球 (米)	坐位体 前屈 (厘 米)	跳绳 (次 /1 分钟)	仰卧起 坐 (次/1 分钟)
优 秀	100	9.0	9.8	1.67	8.2	15.4	165	48
	98	9.1	9.9	1.66	7.8	15.1	159	47
	96	9.2	10	1.65	7.3	14.6	149	46
	94	9.3	10.1	1.64	6.7	14.2	140	44
	92	9.4	10.2	1.62	6.0	13.6	128	42
	90	9.5	10.3	1.60	5.2	13.0	115	40
良 好	87	9.7	10.5	1.58	5.0	12.3	111	39
	84	10.0	10.9	1.54	4.8	11.3	106	38
	81	10.3	11.2	1.51	4.6	10.2	100	37

	78	10.7	11.7	1.46	4.2	8.8	93	35
	75	11.1	12.2	1.41	3.9	7.4	85	34
及格	72	11.2	12.3	1.38	3.8	6.6	80	32
	69	11.4	12.4	1.34	3.5	5.4	73	30
	66	11.5	12.6	1.30	3.2	4.1	65	27
	63	11.7	12.8	1.25	2.9	2.5	55	24
	60	11.8	13.0	1.19	2.5	0.9	45	21
不及格	50	11.9	13.1	1.18	2.4	0.4	42	20
	40	12.0	13.4	1.16	2.2	-0.2	37	18
	30	12.2	13.7	1.13	2.0	-0.9	32	17
	20	12.3	14.1	1.10	1.7	-1.7	25	15
	10	12.5	14.5	1.07	1.5	-2.6	18	13

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 1.9 小学五、六年级男生身高标准体重（体重单位：公斤）

身高段（厘米）	营养不良	较低体重	正常体重	超重	肥胖
	50 分	60 分	100 分	60 分	50 分
106.0~106.9	<14.8	14.8~16.8	16.9~19.1	19.2~19.8	>=19.9
107.0~107.9	<15.1	15.1~17.1	17.2~19.5	19.6~20.3	>=20.4
108.0~108.9	<15.3	15.3~17.5	17.6~19.9	20.0~20.7	>=20.8
109.0~109.9	<15.6	15.6~17.9	18.0~20.3	20.4~21.1	>=21.2
110.0~110.9	<15.8	15.8~18.3	18.4~20.7	20.8~21.5	>=21.6
111.0~111.9	<16.1	16.1~18.6	18.7~21.1	21.2~21.9	>=22.0
112.0~112.9	<16.4	16.4~18.9	19.0~21.5	21.6~22.3	>=22.4
113.0~113.9	<16.7	16.7~19.2	19.3~22.0	22.1~22.8	>=22.9
114.0~114.9	<17.0	17.0~19.6	19.7~22.4	22.5~23.2	>=23.3
115.0~115.9	<17.3	17.3~19.9	20.0~22.8	22.9~23.6	>=23.7
116.0~116.9	<17.6	17.6~20.3	20.4~23.2	23.3~24.1	>=24.2
117.0~117.9	<18.0	18.0~20.6	20.7~23.6	23.7~24.6	>=24.7
118.0~118.9	<18.3	18.3~21.0	21.1~24.1	24.2~25.0	>=25.1
119.0~119.9	<18.6	18.6~21.4	21.5~24.6	24.7~25.5	>=25.6
120.0~120.9	<19.0	19.0~21.8	21.9~25.1	25.2~26.2	>=26.3
121.0~121.9	<19.4	19.4~22.2	22.3~25.6	25.7~26.8	>=26.9
122.0~122.9	<19.7	19.7~22.6	22.7~26.2	26.3~27.4	>=27.5
123.0~123.9	<20.1	20.1~23.0	23.1~26.8	26.9~28.0	>=28.1
124.0~124.9	<20.5	20.5~23.4	23.5~27.3	27.4~28.6	>=28.7
125.0~125.9	<20.9	20.9~23.8	23.9~27.8	27.9~29.2	>=29.3
126.0~126.9	<21.3	21.3~24.3	24.4~28.5	28.6~29.8	>=29.9
127.0~127.9	<21.7	21.7~24.7	24.8~29.0	29.1~30.4	>=30.5
128.0~128.9	<22.1	22.1~25.1	25.2~29.5	29.6~31.0	>=31.1
129.0~129.9	<22.6	22.6~25.6	25.7~30.1	30.2~31.6	>=31.7
130.0~130.9	<23.0	23.0~26.1	26.2~30.9	31.0~32.3	>=32.4

131.0~131.9	<23.5	23.5~26.6	26.7~31.6	31.7~33.2	>=33.3
132.0~132.9	<23.9	23.9~27.1	27.2~32.3	32.4~34.0	>=34.1
133.0~133.9	<24.4	24.4~27.7	27.8~32.9	33.0~34.7	>=34.8
134.0~134.9	<24.9	24.9~28.3	28.4~33.6	33.7~35.3	>=35.4
135.0~135.9	<25.3	25.3~28.9	29.0~34.2	34.3~36.0	>=36.1
136.0~136.9	<25.8	25.8~29.5	29.6~34.9	35.0~36.7	>=36.8
137.0~137.9	<26.4	26.4~30.1	30.2~35.6	35.7~37.4	>=37.5
138.0~138.9	<27.0	27.0~30.8	30.9~36.3	36.4~38.2	>=38.3
139.0~139.9	<27.6	27.6~31.5	31.6~37.1	37.2~39.1	>=39.2
140.0~140.9	<28.1	28.1~32.2	32.3~38.0	38.1~40.0	>=40.1
141.0~141.9	<28.6	28.6~32.9	33.0~38.9	39.0~40.9	>=41.0
142.0~142.9	<29.1	29.1~33.7	33.8~39.8	39.9~41.8	>=41.9
143.0~143.9	<29.7	29.7~34.5	34.6~40.7	40.8~42.7	>=42.8
144.0~144.9	<30.3	30.3~35.2	35.3~41.7	41.8~43.6	>=43.7
145.0~145.9	<30.9	30.9~35.9	36.0~42.3	42.4~44.5	>=44.6
146.0~146.9	<31.5	31.5~36.6	36.7~43.2	43.3~45.4	>=45.5
147.0~147.9	<32.1	32.1~37.4	37.5~44.2	44.3~46.4	>=46.5
148.0~148.9	<32.7	32.7~38.1	38.2~45.0	45.1~47.3	>=47.4
149.0~149.9	<33.3	33.3~38.8	38.9~45.9	46.0~48.2	>=48.3
150.0~150.9	<34.0	34.0~39.5	39.6~46.7	46.8~49.1	>=49.2
151.0~151.9	<34.6	34.6~40.1	40.2~47.5	47.6~49.9	>=50.0
152.0~152.9	<35.2	35.2~40.9	41.0~48.4	48.5~50.7	>=50.8
153.0~153.9	<35.9	35.9~41.6	41.7~49.1	49.2~51.5	>=51.6
154.0~154.9	<36.5	36.5~42.4	42.5~49.9	50.0~52.4	>=52.5
155.0~155.9	<37.1	37.1~43.3	43.4~51.1	51.2~53.4	>=53.5

注：身高低于表中所列出的最低身高段的下限值时，身高每低 1 厘米，实测体重需加上 0.5 公斤，实测身高需加上 1 厘米，再查表确定分值。身高高于表中所列出的最高身高段时，身高每高 1 厘米，其实测体重需减去 0.9 公斤，实测身高需减去 1 厘米，再查表确定分值。

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 1.10 小学五、六年级女生身高标准体重（体重单位：公斤）

身高段(厘米)	营养不良	较低体重	正常体重	超重	肥胖
	50 分	60 分	100 分	60 分	50 分
115.0~115.9	<17.1	17.1~19.4	19.5~24.1	24.2~25.6	>=25.7
116.0~116.9	<17.4	17.4~19.7	19.8~24.5	24.6~26.1	>=26.2
117.0~117.9	<17.7	17.7~20.3	20.4~25.1	25.2~26.7	>=26.8
118.0~118.9	<18.1	18.1~20.7	20.8~25.7	25.8~27.3	>=27.4
119.0~119.9	<18.3	18.3~21.1	21.2~26.2	26.3~27.9	>=28.0
120.0~120.9	<18.4	18.4~21.3	21.4~26.6	26.7~28.3	>=28.4
121.0~121.9	<18.9	18.9~21.8	21.9~27.2	27.3~29.0	>=29.1

122.0~122.9	<19.2	19.2~22.1	22.2~27.8	27.9~29.7	>=29.8
123.0~123.9	<19.6	19.6~22.5	22.6~28.1	28.2~30.5	>=30.6
124.0~124.9	<19.8	19.8~22.7	22.8~28.7	28.8~30.7	>=30.8
125.0~125.9	<20.3	20.3~23.3	23.4~29.3	29.4~31.3	>=31.4
126.0~126.9	<20.7	20.7~23.7	23.8~29.7	29.8~31.7	>=31.8
127.0~127.9	<21.1	21.1~24.2	24.3~30.4	30.5~32.4	>=32.5
128.0~128.9	<21.4	21.4~24.6	24.7~30.8	30.9~32.8	>=32.9
129.0~129.9	<21.9	21.9~25.1	25.2~31.4	31.5~33.5	>=33.6
130.0~130.9	<22.4	22.4~25.6	25.7~31.9	32.0~34.0	>=34.1
131.0~131.9	<22.8	22.8~26.1	26.2~32.6	32.7~34.7	>=34.8
132.0~132.9	<23.3	23.3~26.6	26.7~33.2	33.3~35.4	>=35.5
133.0~133.9	<23.8	23.8~27.1	27.2~33.9	34.0~36.1	>=36.2
134.0~134.9	<24.2	24.2~27.6	27.7~34.5	34.6~36.8	>=36.9
135.0~135.9	<24.7	24.7~28.2	28.3~35.3	35.4~37.6	>=37.7
136.0~136.9	<25.2	25.2~28.7	28.8~35.8	35.9~38.1	>=38.2
137.0~137.9	<25.7	25.7~29.3	29.4~36.7	36.8~38.9	>=39.0
138.0~138.9	<26.3	26.3~30.0	30.1~37.2	37.3~39.6	>=39.7
139.0~139.9	<26.9	26.9~30.6	30.7~38.0	38.1~40.4	>=40.5
140.0~140.9	<27.3	27.3~31.1	31.2~38.5	38.6~40.9	>=41.0
141.0~141.9	<27.8	27.8~31.6	31.7~39.0	39.1~41.4	>=41.5
142.0~142.9	<28.3	28.3~32.2	32.3~39.7	39.8~42.2	>=42.3
143.0~143.9	<28.9	28.9~32.7	32.8~40.2	40.3~42.7	>=42.8
144.0~144.9	<29.2	29.2~33.3	33.4~41.0	41.1~43.5	>=43.6
145.0~145.9	<29.8	29.8~33.9	34.0~41.7	41.8~44.1	>=44.2
146.0~146.9	<30.4	30.4~34.6	34.7~42.6	42.7~45.2	>=45.3
147.0~147.9	<30.8	30.8~35.2	35.3~43.3	43.4~46.0	>=46.1
148.0~148.9	<31.5	31.5~35.9	36.0~44.0	44.1~46.7	>=46.8
149.0~149.9	<32.3	32.3~36.6	36.7~44.9	45.0~47.6	>=47.7
150.0~150.9	<32.8	32.8~37.3	37.4~45.6	45.7~48.3	>=48.4
151.0~151.9	<33.2	33.2~37.9	38.0~46.2	46.3~48.9	>=49.0
152.0~152.9	<33.8	33.8~38.5	38.6~46.8	46.9~49.5	>=49.6
153.0~153.9	<34.5	34.5~39.2	39.3~47.6	47.7~50.4	>=50.5
154.0~154.9	<35.0	35.0~39.9	40.0~48.3	48.4~51.1	>=51.2
155.0~155.9	<35.6	35.6~40.6	40.7~49.0	49.1~51.8	>=51.9
156.0~156.9	<36.2	36.2~41.2	41.3~49.8	49.9~52.6	>=52.7
157.0~157.9	<36.8	36.8~41.9	42.0~50.6	50.7~53.5	>=53.6
158.0~158.9	<37.2	37.2~42.5	42.6~51.4	51.5~54.3	>=54.4
159.0~159.9	<37.8	37.8~43.2	43.3~52.1	52.2~55.1	>=55.2
160.0~160.9	<38.3	38.3~43.9	44.0~52.9	53.0~55.9	>=56.0
161.0~161.9	<38.9	38.9~44.5	44.6~53.5	53.6~56.5	>=56.6
162.0~162.9	<39.4	39.4~45.1	45.2~54.1	54.2~57.1	>=57.2
163.0~163.9	<40.1	40.1~45.8	45.9~54.8	54.9~57.8	>=57.9
164.0~164.9	<40.6	40.6~46.5	46.6~55.7	55.8~58.7	>=58.8

165.0~165.9	<41.2	41.2~47.1	47.2~56.4	56.5~59.5	>=59.6
166.0~166.9	<41.8	41.8~47.7	47.8~57.0	57.1~60.1	>=60.2
167.0~167.9	<42.4	42.4~48.4	48.5~58.0	58.1~61.2	>=61.3
168.0~168.9	<42.8	42.8~49.1	49.2~58.9	59.0~62.1	>=62.2

注：身高低于表中所列出的最低身高段的下限值时，身高每低 1 厘米，实测体重需加上 0.5 公斤，实测身高需加上 1 厘米，再查表确定分值。身高高于表中所列出的最高身高段时，身高每高 1 厘米，其实测体重需减去 0.9 公斤，实测身高需减去 1 厘米，再查表确定分值。

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 1.11 小学五、六年级男生各测试项目评分标准

等级	单项得分	肺活量 体重指数	400米跑 (分.秒)	50米×8往返跑 (分.秒)	台阶试验	50米跑 (秒)	25米×2往返跑 (秒)	立定跳远 (米)	掷实心球 (米)	握力 体重指数	坐位体前屈 (厘米)	仰卧起坐 (次/1分钟)	跳绳 (次/1分钟)	篮球运球 (秒)	足球颠球 (次)	排球垫球 (次)
优秀	100	80	1'12"	1'24"	67	8.0	8.8	1.98	12.0	70	13.3	50	160	11.8	40	30
	98	79	1'14"	1'26"	66	8.1	8.9	1.97	11.6	69	13.0	49	155	12.3	38	29
	96	78	1'18"	1'28"	65	8.2	9.1	1.95	11.1	68	12.5	48	148	13.0	35	28
	94	76	1'20"	1'30"	64	8.3	9.3	1.93	10.5	67	12.1	47	140	13.6	33	26
	92	74	1'24"	1'33"	63	8.4	9.5	1.91	9.8	65	11.4	45	130	14.5	29	24
	90	73	1'28"	1'36"	62	8.5	9.8	1.89	9.0	64	10.8	43	120	15.4	25	22
良好	87	71	1'31"	1'39"	60	8.7	9.9	1.87	8.9	62	10.1	42	116	15.8	24	21
	84	69	1'33"	1'43"	59	8.9	10.1	1.83	8.7	60	9.1	40	111	16.5	22	20
	81	66	1'37"	1'47"	57	9.2	10.4	1.79	8.5	57	8.1	39	105	17.2	21	19
	78	63	1'41"	1'51"	55	9.6	10.6	1.74	8.3	54	6.8	37	98	18.1	18	18
	75	60	1'45"	1'55"	53	9.9	10.9	1.70	8.0	51	5.4	35	90	19.0	16	16
及格	72	58	1'47"	1'58"	52	10.0	11.1	1.67	7.8	49	4.6	33	84	19.9	15	15
	69	55	1'49"	2'02"	50	10.1	11.4	1.62	7.4	47	3.3	31	76	21.2	14	14
	66	53	1'51"	2'06"	49	10.2	11.7	1.58	7.0	44	2.1	28	68	22.5	13	13
	63	49	1'53"	2'10"	47	10.4	12.1	1.52	6.5	40	0.4	25	56	24.2	12	11
	60	45	1'55"	2'15"	45	10.5	12.4	1.46	6.0	37	-1.3	22	45	26.0	10	9
不及格	50	44	2'05"	2'25"	44	10.6	12.6	1.45	5.7	36	-1.9	21	41	27.1	9	8
	40	42	2'15"	2'35"	43	10.7	12.9	1.42	5.2	35	-2.8	19	36	28.8	8	7
	30	40	2'25"	2'45"	42	10.8	13.2	1.39	4.7	34	-3.8	18	30	30.5	7	6
	20	37	2'35"	2'55"	41	11.0	13.6	1.36	4.1	32	-5.0	16	22	32.7	5	5

	10	35	2'45"	3'05"	40	11.1	14.0	1.32	3.4	30	-6.2	14	15	35.0	3	3
--	----	----	-------	-------	----	------	------	------	-----	----	------	----	----	------	---	---

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 1.12 小学五、六年级女生各测试项目评分标准

等级	单 项 得 分	肺 活 量 体 重 指 数	400 米 跑 (分. 秒)	50 米 ×8 往 返 跑 (分. 秒)	台 阶 试 验	50 米 跑 (秒)	25 米 ×2 往 返 跑 (秒)	立 定 跳 远 (米)	掷 实 心 球 (米)	握 力 体 重 指 数	坐 位 体 前 屈 (厘 米)	仰 卧 起 坐 (次/ 1 分 钟)	跳 绳 (次/ 1 分 钟)	篮 球 运 球 (秒)	足 球 颠 球 (次)	排 球 垫 球 (次)
优秀	100	73	1'12"	1'24"	64	8.4	9.7	1.86	12.4	64	15.9	50	165	12.9	40	27
	98	72	1'14"	1'26"	63	8.5	9.8	1.85	11.7	63	15.6	49	160	13.5	38	26
	96	71	1'18"	1'28"	62	8.6	9.9	1.83	10.7	62	15.1	48	153	14.5	35	25
	94	70	1'20"	1'30"	61	8.7	10	1.81	9.7	61	14.6	47	145	15.4	33	24
	92	68	1'24"	1'33"	60	8.8	10.1	1.79	8.3	60	13.9	45	135	16.7	29	23
	90	67	1'28"	1'36"	59	8.9	10.2	1.77	6.9	59	13.3	43	125	18.0	25	21
良好	87	65	1'31"	1'39"	58	9.1	10.3	1.74	6.7	57	12.6	42	121	18.8	24	20
	84	63	1'33"	1'43"	56	9.4	10.5	1.71	6.4	55	11.5	40	116	19.9	22	19
	81	61	1'37"	1'47"	54	9.6	10.7	1.67	6.2	53	10.4	39	110	21.0	21	18
	78	58	1'41"	1'51"	52	10.0	11.0	1.62	5.8	50	8.9	37	103	22.5	18	17
	75	55	1'45"	1'55"	49	10.3	11.2	1.57	5.4	48	7.4	35	95	24.0	16	15
及格	72	53	1'47"	1'58"	48	10.4	11.4	1.54	5.2	46	6.6	33	89	24.9	15	14
	69	50	1'49"	2'02"	47	10.6	11.8	1.50	4.9	44	5.3	31	81	26.2	14	13
	66	47	1'51"	2'06"	45	10.7	12.1	1.46	4.6	42	4.1	28	73	27.5	13	12
	63	44	1'53"	2'10"	43	10.9	12.5	1.40	4.2	38	2.4	25	61	29.3	12	11
	60	40	1'55"	2'15"	41	11.0	13.0	1.34	3.8	35	0.7	22	50	31.0	10	9
不及格	50	39	2'05"	2'25"	40	11.1	13.5	1.33	3.7	34	0.2	21	46	32.1	9	8
	40	37	2'15"	2'35"	39	11.2	14.4	1.31	3.4	33	-0.6	19	41	33.8	8	7
	30	36	2'25"	2'45"	38	11.3	15.2	1.28	3.2	32	-1.4	18	35	35.5	7	6
	20	34	2'35"	2'55"	37	11.5	16.3	1.25	2.9	30	-2.4	16	28	37.8	5	5
	10	32	2'45"	3'05"	35	11.6	17.5	1.22	2.6	28	-3.4	14	20	40.0	3	3

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 2.1 初中一年级——初中三年级男生身高标准体重（体重单位：公斤）

身高段（厘米）	营养不良	较低体重	正常体重	超重	肥胖
	50 分	60 分	100 分	60 分	50 分
123~123.9	<21.4	21.4~28.5	28.6~34.2	34.3~36.2	>=36.3
124~124.9	<21.6	21.6~29	29.1~34.8	34.9~36.9	>=37.0
125~125.9	<22.2	22.2~29.6	29.7~35.4	35.5~37.5	>=37.6
126~126.9	<22.6	22.6~30.4	30.5~36.2	36.3~38.4	>=38.5

127~127.9	<22.8	22.8~30.9	31~36.9	37~39.1	>=39.2
128~128.9	<23.4	23.4~31.5	31.6~37.6	37.7~39.8	>=39.9
129~129.9	<24.1	24.1~32.2	32.3~38.2	38.3~40.4	>=40.5
130~130.9	<24.6	24.6~32.8	32.9~39.1	39.2~41.3	>=41.4
131~131.9	<25.1	25.1~33.4	33.5~39.7	39.8~41.9	>=42.0
132~132.9	<25.7	25.7~34	34.1~40.3	40.4~42.5	>=42.6
133~133.9	<26.3	26.3~34.6	34.7~41.3	41.4~43.2	>=43.3
134~134.9	<26.8	26.8~35.2	35.3~41.6	41.7~43.9	>=44.0
135~135.9	<27.2	27.2~35.8	35.9~42.2	42.3~44.5	>=44.6
136~136.9	<27.8	27.8~36.4	36.5~42.8	42.9~45.1	>=45.2
137~137.9	<28.2	28.2~37	37.1~43.4	43.5~45.7	>=45.8
138~138.9	<28.7	28.7~37.6	37.7~44.1	44.2~46.4	>=46.5
139~139.9	<29.4	29.4~38.3	38.4~44.7	44.8~47	>=47.1
140~140.9	<30.1	30.1~39	39.1~45.6	45.7~47.9	>=48.0
141~141.9	<30.8	30.8~39.7	39.8~46.3	46.4~48.6	>=48.7
142~142.9	<31.5	31.5~40.4	40.5~47	47.1~49.3	>=49.4
143~143.9	<32.2	32.2~41.1	41.2~47.7	47.8~50	>=50.1
144~144.9	<32.8	32.8~41.8	41.9~48.4	48.5~50.7	>=50.8
145~145.9	<33.5	33.5~42.5	42.6~49.2	49.3~51.6	>=51.7
146~146.9	<34.1	34.1~43.1	43.2~49.8	49.9~52.2	>=52.3
147~147.9	<34.6	34.6~43.8	43.9~50.5	50.6~52.9	>=53.0
148~148.9	<35.3	35.3~44.5	44.6~51.4	51.5~53.8	>=53.9
149~149.9	<35.8	35.8~45.1	45.2~52	52.1~54.4	>=54.5
150~150.9	<36.5	36.5~45.8	45.9~52.7	52.8~55.1	>=55.2
151~151.9	<37.0	37~46.5	46.6~53.5	53.6~56	>=56.1
152~152.9	<37.6	37.6~47.1	47.2~54.1	54.2~56.6	>=56.7
153~153.9	<38.3	38.3~47.8	47.9~54.8	54.9~57.3	>=57.4
154~154.9	<39.0	39~48.5	48.6~55.5	55.6~58	>=58.1
155~155.9	<39.6	39.6~49.1	49.2~56.1	56.2~58.6	>=58.7
156~156.9	<40.3	40.3~49.8	49.9~56.8	56.9~59.3	>=59.4
157~157.9	<40.9	40.9~50.5	50.6~57.7	57.8~60.2	>=60.3
158~158.9	<41.4	41.4~51.2	51.3~58.4	58.5~60.9	>=61.0
159~159.9	<42.2	42.2~51.9	52~59.1	59.2~61.6	>=61.7
160~160.9	<42.9	42.9~52.7	52.8~59.9	60~62.4	>=62.5
161~161.9	<43.6	43.6~53.4	53.5~60.6	60.7~63.1	>=63.2
162~162.9	<44.3	44.3~54.1	54.2~61.4	61.5~64	>=64.1
163~163.9	<44.8	44.8~54.7	54.8~62	62.1~64.6	>=64.7
164~164.9	<45.4	45.4~55.4	55.5~62.7	62.8~65.1	>=65.2
165~165.9	<46.2	46.2~56.1	56.2~63.4	63.5~66	>=66.1
166~166.9	<46.8	46.8~56.7	56.8~64	64.1~66.6	>=66.7
167~167.9	<47.4	47.4~57.4	57.5~64.9	65~67.5	>=67.6
168~168.9	<48.0	48~58.1	58.2~65.6	65.7~68.2	>=68.3
169~169.9	<48.7	48.7~58.8	58.9~66.4	66.5~69.1	>=69.2

170~170.9	<49.4	49.4~59.5	59.6~67.1	67.2~69.8	>=69.9
171~171.9	<50.0	50~60.2	60.3~68	68.1~70.7	>=70.8
172~172.9	<50.6	50.6~60.8	60.9~69	69.1~71.8	>=71.9
173~173.9	<51.2	51.2~61.5	61.6~69.9	70~72.8	>=72.9
174~174.9	<51.9	51.9~62.3	62.4~70.9	71~73.9	>=74.0
175~175.9	<52.7	52.7~63.1	63.2~71.8	71.9~74.8	>=74.9
176~176.9	<53.3	53.3~63.8	63.9~72.8	72.9~75.9	>=76.0
177~177.9	<54.0	54~64.6	64.7~73.9	74~77.1	>=77.2
178~178.9	<54.7	54.7~65.4	65.5~74.8	74.9~78.1	>=78.2
179~179.9	<55.8	55.8~66.2	66.3~75.8	75.9~79.1	>=79.2
180~180.9	<56.3	56.3~66.9	67~76.7	76.8~80.1	>=80.2
181~181.9	<56.9	56.9~67.7	67.8~77.7	77.8~81.2	>=81.3
182~182.9	<57.5	57.5~68.4	68.5~78.6	78.7~82.1	>=82.2
183~183.9	<58.1	58.1~69.1	69.2~79.4	79.5~83	>=83.1
184~184.9	<58.7	58.7~69.8	69.9~80.4	80.5~84.1	>=84.2
185~185.9	<59.5	59.5~70.5	70.6~81.3	81.4~85	>=85.1
186~186.9	<60.3	60.3~71.3	71.4~82.3	82.4~86.1	>=86.2

注：身高低于表中所列出的最低身高段的下限值时，身高每低 1 厘米，实测体重需加上 0.5 公斤，实测身高需加上 1 厘米，再查表确定分值。身高高于表中所列出的最高身高段时，身高每高 1 厘米，其实测体重需减去 0.9 公斤，实测身高需减去 1 厘米，再查表确定分值。

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 2.2 初中一年级——初中三年级女生身高标准体重（体重单位：公斤）

身高段（厘米）	营养不良	较低体重	正常体重	超重	肥胖
	50 分	60 分	100 分	60 分	50 分
121~121.9	<19.8	19.8~25.4	25.5~30.9	31~32.6	>=32.7
122~122.9	<20.3	20.3~25.9	26~31.7	31.8~33.7	>=33.8
123~123.9	<20.6	20.6~26.5	26.6~32.5	32.6~34.5	>=34.6
124~124.9	<21.1	21.1~27	27.1~33.1	33.2~35.2	>=35.3
125~125.9	<21.6	21.6~27.5	27.6~33.6	33.7~35.7	>=35.8
126~126.9	<22.1	22.1~28	28.1~34.4	34.5~36.4	>=36.5
127~127.9	<22.6	22.6~28.5	28.6~35	35.1~37.1	>=37.2
128~128.9	<23.0	23~29	29.1~35.4	35.5~37.6	>=37.7
129~129.9	<23.5	23.5~29.6	29.7~36.2	36.3~38.4	>=38.5
130~130.9	<23.9	23.9~30.1	30.2~36.8	36.9~39.1	>=39.2
131~131.9	<24.4	24.4~30.6	30.7~37.5	37.6~39.8	>=39.9
132~132.9	<24.9	24.9~31.1	31.2~38.1	38.2~40.3	>=40.4
133~133.9	<25.3	25.3~31.6	31.7~38.7	38.8~41	>=41.1
134~134.9	<25.6	25.6~32.1	32.2~39.2	39.3~41.5	>=41.6

135~135.9	<26.2	26.2~32.7	32.8~39.7	39.8~42.1	>=42.2
136~136.9	<27.3	27.3~33.2	33.3~40.4	40.5~42.8	>=42.9
137~137.9	<27.4	27.4~33.6	33.7~40.7	40.8~43.2	>=43.3
138~138.9	<27.7	27.7~34.1	34.2~41.5	41.6~43.7	>=43.8
139~139.9	<28.1	28.1~34.6	34.7~41.9	42~44.4	>=44.5
140~140.9	<28.6	28.6~35.2	35.3~42.5	42.6~45	>=45.1
141~141.9	<29.1	29.1~35.8	35.9~43.1	43.2~45.6	>=45.7
142~142.9	<29.6	29.6~36.4	36.5~43.9	44~46.4	>=46.5
143~143.9	<30.2	30.2~37	37.1~44.4	44.5~46.8	>=46.9
144~144.9	<30.8	30.8~37.7	37.8~45	45.1~47.5	>=47.6
145~145.9	<31.5	31.5~38.3	38.4~45.7	45.8~48.1	>=48.2
146~146.9	<32.1	32.1~38.9	39~46.2	46.3~48.7	>=48.8
147~147.9	<32.7	32.7~39.6	39.7~47.1	47.2~49.6	>=49.7
148~148.9	<33.3	33.3~40.3	40.4~47.9	48~50.3	>=50.4
149~149.9	<33.8	33.8~40.9	41~48.5	48.6~50.9	>~51.0
150~150.9	<34.3	34.3~41.4	41.5~49	49.1~51.6	>=51.7
151~151.9	<34.9	34.9~42	42.1~49.6	49.7~52.2	>=52.3
152~152.9	<35.5	35.5~42.6	42.7~50.3	50.4~52.8	>=52.9
153~153.9	<36.1	36.1~43.2	43.3~51	51.1~53.6	>=53.7
154~154.9	<36.6	36.6~43.7	43.8~51.6	51.7~54.1	>=54.2
155~155.9	<37.3	37.3~44.5	44.6~52.3	52.4~54.9	>=55.0
156~156.9	<37.8	37.8~45	45.1~52.9	53~55.4	>=55.5
157~157.9	<38.3	38.3~45.5	45.6~53.5	53.6~56.1	>=56.2
158~158.9	<38.7	38.7~46.1	46.2~54.2	54.3~56.9	>=57.0
159~159.9	<39.3	39.3~46.7	46.8~54.9	55~57.5	>=57.6
160~160.9	<39.8	39.8~47.2	47.3~55.7	55.8~58.2	>=58.3
161~161.9	<40.4	40.4~47.9	48~56.2	56.3~58.9	>=59.0
162~162.9	<41.0	41~48.5	48.6~56.9	57~59.7	>=59.8
163~163.9	<41.7	41.7~49.2	49.3~57.7	57.8~60.6	>=60.7
164~164.9	<42.2	42.2~49.8	49.9~58.6	58.7~61.6	>=61.7
165~165.9	<42.7	42.7~50.4	50.5~59.2	59.3~62.2	>=62.3
166~166.9	<43.3	43.3~51	51.1~59.8	59.9~62.8	>=62.9
167~167.9	<43.8	43.8~51.5	51.6~60.4	60.5~63.3	>=63.4
168~168.9	<44.5	44.5~52.2	52.3~61.1	61.2~64	>=64.1
169~169.9	<45.1	45.1~52.9	53~61.7	61.8~64.7	>=64.8
170~170.9	<45.6	45.6~53.5	53.6~62.3	62.4~65.3	>=65.4
171~171.9	<46.1	46.1~54	54.1~63	63.1~66	>=66.1
172~172.9	<46.5	46.5~54.5	54.6~63.6	63.7~66.5	>=66.6
173~173.9	<47.0	47~55	55.1~64.2	64.3~67.2	>=67.3
174~174.9	<47.6	47.6~55.6	55.7~64.8	64.9~67.8	>=67.9
175~175.9	<48.2	48.2~56.3	56.4~65.7	65.8~68.7	>=68.8
176~176.9	<48.7	48.7~57	57.1~66.5	66.6~69.6	>=69.7
177~177.9	<49.2	49.2~57.8	57.9~67.4	67.5~70.6	>=70.7

注：身高低于表中所列出的最低身高段的下限值时，身高每低 1 厘米，实测体重需加上 0.5 公斤，实测身高需加上 1 厘米，再查表确定分值。身高高于表中所列出的最高身高段时，身高每高 1 厘米，其实测体重需减去 0.9 公斤，实测身高需减去 1 厘米，再查表确定分值。

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 2.3 初中一年级男生各测试项目评分标准

等级	单项得分	肺活量 体重指数	1000 米(分.秒)	台阶 试验	50 米跑 (秒)	立定 跳远 (米)	掷实 心球 (米)	握力 体重 指数	引体 向上 (次)	坐位 体前 屈(厘 米)	跳绳 (次/1 分钟)	篮球运 球(秒)	足球 运球 (秒)	排球 垫球 (秒)
优秀	100	80	3'48"	67	7.2	2.29	10.8	80	20	15.2	170	9.8	8.1	35
	98	79	3'50"	66	7.3	2.28	10.3	79	19	14.9	165	10.2	8.3	34
	96	78	3'52"	65	7.4	2.26	9.6	78	18	14.4	158	10.8	8.7	33
	94	76	3'54"	64	7.5	2.25	8.9	77	17	13.9	150	11.5	9.1	32
	92	75	3'57"	63	7.6	2.22	8	75	16	13.2	140	12.3	9.5	30
	90	73	4'0"	62	7.7	2.2	7.1	73	15	12.5	130	13.2	10	28
良好	87	71	4'06"	61	7.9	2.17	6.9	72	14	11.8	126	13.6	10.3	27
	84	69	4'12"	59	8.1	2.12	6.5	69	13	10.7	121	14.1	10.7	25
	81	67	4'18"	58	8.4	2.08	6.2	67	12	9.6	115	14.7	11.1	24
	78	64	4'24"	55	8.8	2.02	5.8	63	11	8.1	108	15.5	11.7	21
	75	61	4'30"	53	9.1	1.95	5.3	60	10	6.6	100	16.2	12.2	19
及格	72	59	4'34"	52	9.2	1.92	5.1	58	9	5.7	94	16.8	12.5	18
	69	57	4'38"	51	9.3	1.87	4.8	55	8	4.4	86	17.8	13.1	16
	66	54	4'42"	50	9.4	1.81	4.5	52	1	3.1	78	18.7	13.5	14
	63	50	4'46"	48	9.5	1.74	4.1	48	6	1.3	66	20	14.1	12
	60	47	4'50"	46	9.6	1.67	3.7	44	5	-0.5	55	21.2	14.7	9
不及格	50	46	5'00"	45	9.7	1.65	3.6	43	3	-1.1	51	22.0	15.0	8
	40	44	5'10"	44	9.8	1.63	3.4	41	2	-2.1	44	23.3	15.5	1
	30	43	5'20"	43	9.9	1.60	3.2	40	1	-3.1	38	24.5	16.0	6
	20	41	5'30"	42	10.0	1.56	3.0	38		-4.4	29	26.2	16.7	5
	10	38	5'40"	40	10.1	1.52	2.8	36		-5.7	20	27.8	17.3	3

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 2.4 初中一年级女生各测试项目评分标准

等级	单 项	肺 活	1000 米	台 阶	50 米	立定 跳远	掷 实	握 力	引 体	坐位 体前	跳绳 (次	篮球 运球	足球运 球(秒)	排球 垫球
----	--------	--------	-----------	--------	---------	----------	--------	--------	--------	----------	----------	----------	-------------	----------

	得分	量 体 重 指 数	(分. 秒)	试 验	跑 (秒)	(米)	心 球 (米)	体 重 指 数	向 上 (次)	屈 (厘 米)	/1分 钟)	(秒)		(秒)
优秀	100	71	3'25"	66	8.1	1.95	7	67	50	17.5	168	12.4	8.5	30
	98	70	3'28"	65	8.2	1.94	6.9	66	49	17.2	163	12.7	9	29
	96	69	3'31"	64	8.3	1.92	6.7	65	48	16.7	156	13.2	9.8	28
	94	68	3'34"	63	8.4	1.91	6.5	64	47	16.3	148	13.8	10.6	27
	92	66	3'37"	62	8.5	1.88	6.3	62	45	15.6	138	14.5	11.7	25
	90	65	3'40"	60	8.6	1.86	6	61	43	15	128	15.2	12.7	23
良好	87	64	3'43"	59	8.7	1.84	5.9	60	42	14.2	124	15.9	13.1	22
	84	61	3'46"	57	8.8	1.8	5.8	58	41	13	117	17	13.7	21
	81	59	3'49"	55	8.9	1.77	5.6	55	39	11.9	111	18.1	14.4	19
	78	56	3'52"	52	9.1	1.72	5.4	53	37	10.3	103	19.6	15.2	17
	75	54	3'55"	49	9.2	1.67	5.2	50	35	8.7	94	21	16.1	15
及格	72	52	4'00"	48	9.3	1.64	5.1	48	34	7.8	89	21.8	16.8	14
	69	49	4'05"	47	9.4	1.59	4.9	46	32	6.4	81	23	17.9	13
	66	47	4'10"	46	9.5	1.55	4.7	44	29	5	74	24.3	19	12
	63	43	4'15"	44	9.7	1.48	4.5	41	27	3.1	63	25.9	20.5	11
	60	40	4'20"	42	9.8	1.42	4.2	37	24	1.2	53	27.5	22	9
不及格	50	39	4'30"	41	9.9	1.4	4	36	23	0.6	49	28.2	22.4	8
	40	37	4'45"	40	10.1	1.38	3.6	35	21	-0.2	43	29.2	23.1	7
	30	36	5'00"	38	10.3	1.35	3.3	34	20	-1	38	30.3	23.7	6
	20	34	5'15"	37	10.6	1.32	2.9	32	18	-2.2	30	31.6	24.6	5
	10	32	5'30"	35	10.8	1.28	2.4	30	16	-3.3	22	33	25.5	3

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 2.5 初中二年级男生各测试项目评分标准

等级	单 项 得 分	肺 活 量 体 重 指 数	1000 米 (分. 秒)	台 阶 试 验	50 米 跑 (秒)	立 定 跳 远 (米)	掷 实 心 球 (米)	握 力 体 重 指 数	引 体 向 上 (次)	坐位体 前屈 (厘米)	跳绳 (次 /1分 钟)	篮球 运球 (秒)	足球 运球 (秒)	排球 垫球 (次)
优秀	100	80	3'48"	68	7	2.41	11.3	86	21	17.3	175	9.6	7.8	40
	98	79	3'50"	67	7.1	2.4	10.9	85	20	16.9	170	10	8	39
	96	78	3'52"	66	7.2	2.38	10.4	84	19	16.4	163	10.6	8.4	37

	94	77	3'54"	65	7.3	2.36	9.8	83	18	15.9	155	11.3	8.8	35
	92	75	3'57"	64	7.4	2.34	9	81	17	15.1	145	12.1	9.2	33
	90	74	4'00"	62	7.5	2.31	8.3	79	16	14.4	135	13	9.7	30
良好	87	72	4'06"	61	7.6	2.28	8	77	15	13.6	131	13.4	10	29
	84	70	4'12"	59	7.9	2.24	7.7	75	14	12.4	126	13.9	10.4	27
	81	68	4'18"	57	8.1	2.2	7.3	72	13	11.3	120	14.5	10.8	25
	78	65	4'24"	54	8.3	2.14	6.8	68	12	9.7	113	15.3	11.4	23
	75	63	4'30"	52	8.6	2.08	6.4	65	11	8.1	105	16	11.9	20
及格	72	61	4'34"	51	8.7	2.05	6.1	63	10	7.1	99	16.6	12.2	19
	69	58	4'38"	50	8.8	1.99	5.7	60	9	5.6	91	17.6	12.7	17
	66	55	4'42"	49	8.9	1.94	5.3	56	8	4.1	83	18.5	13.2	15
	63	52	4'46"	47	9.1	1.86	4.8	52	7	2.1	71	19.8	13.8	12
	60	48	4'50"	46	9.2	1.79	4.2	48	6	0.1	60	21	14.4	9
不及格	50	47	5'00"	45	9.3	1.77	4.1	47	4	-0.6	56	21.8	14.7	8
	40	45	5'10"	44	9.4	1.74	3.8	45	3	-1.7	49	23.1	15.2	7
	30	44	5'20"	43	9.5	1.71	3.6	44	2	-2.8	43	24.3	15.7	6
	20	42	5'30"	42	9.6	1.66	3.2	42	1	-4.3	34	26	16.4	5
	10	40	5'40"	40	9.7	1.62	2.9	39		-5.8	25	27.6	17	3

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 2.6 初中二年级女生各测试项目评分标准

等级	单项得分	肺活量 体重指数	800米 (分.秒)	台阶 试验	50米 跑(秒)	立定 跳远(米)	掷实心 球(米)	握力 体重指数	仰卧 起坐(次/分钟)	坐位 体前屈(厘米)	跳绳 (次/1分钟)	篮球 运球(秒)	足球运 球(秒)	排球 垫球(次)
优秀	100	69	3'25"	66	8	1.98	7.6	70	50	18.6	170	12.2	8.3	35
	98	68	3'29"	65	8.1	1.97	7.5	69	49	18.2	165	12.5	8.8	34
	96	67	3'31"	64	8.2	1.95	7.4	68	48	17.7	158	13	9.6	32
	94	66	3'34"	63	8.3	1.93	7.3	66	47	17.2	150	13.6	10.4	30
	92	65	3'37"	62	8.4	1.91	7.2	64	45	16.6	140	14.3	11.5	28
	90	63	3'40"	60	8.5	1.89	7	62	43	15.9	130	15	12.5	25
良好	87	62	3'44"	59	8.6	1.87	6.9	61	42	15.1	126	15.7	12.9	24
	84	60	3'48"	57	8.7	1.83	6.6	59	41	13.9	120	16.8	13.5	22
	81	59	3'52"	54	8.8	1.79	6.4	57	40	12.7	115	17.9	14.2	21
	78	56	3'56"	52	8.9	1.74	6.1	54	38	11.1	107	19.4	15.1	18
	75	54	4'00"	49	9	1.7	5.8	51	36	9.4	99	20.8	15.9	16
及	72	52	4'08"	48	9.1	1.67	5.7	49	35	8.5	94	21.6	16.6	15

格	69	50	4'16"	47	9.2	1.62	5.4	47	33	7	85	22.8	17.7	14
	66	47	4'22"	45	9.3	1.58	5.2	44	30	5.5	77	24.1	18.8	13
	63	43	4'28"	44	9.5	1.52	4.9	41	28	3.6	66	25.7	20.3	11
	60	40	4'34"	42	9.6	1.46	4.6	38	25	1.6	55	27.3	21.8	9
不及格	50	39	4'40"	41	9.7	1.45	4.4	37	24	1	51	28	22.2	8
	40	37	4'46"	40	9.9	1.42	4.2	36	22	0.1	45	29	22.9	7
	30	36	4'52"	39	10.1	1.39	3.9	35	21	-0.8	39	30.1	23.5	6
	20	34	4'58"	37	10.4	1.36	3.6	33	19	-2	31	31.4	24.4	5
	10	32	5'04"	36	10.6	1.32	3.2	31	17	-3.2	23	32.8	25.3	3

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 2.7 初中三年级男生各测试项目评分标准

等级	单项得分	肺活量 体重指数	1000米 (分.秒)	台阶 试验	50米跑 (秒)	立定 跳远 (米)	掷实 心球 (米)	握力 体重 指数	引体 向上 (次)	坐位 体前 屈 (厘米)	跳绳 (次/ 1分钟)	篮球 运球 (秒)	足球 运球 (秒)	排球 垫球 (次)
优秀	100	81	3'30"	68	6.8	2.5	12.4	90	22	19.2	180	9.4	7.5	40
	98	80	3'36"	67	6.9	2.49	12.1	89	21	18.8	175	9.8	7.7	39
	96	79	3'38"	66	7	2.47	11.5	87	20	18.2	168	10.4	8.1	37
	94	78	3'42"	65	7.1	2.46	11	86	19	17.6	160	11.1	8.5	35
	92	77	3'46"	64	7.2	2.43	10.3	84	18	16.9	150	11.9	8.9	33
	90	76	3'50"	62	7.3	2.41	9.6	83	17	16.1	140	12.8	9.4	30
良好	87	74	3'54"	61	7.4	2.38	9.4	81	16	15.3	136	13.2	9.7	29
	84	72	3'58"	59	7.6	2.35	9	78	15	14.1	130	13.7	10.1	27
	81	70	4'02"	58	7.8	2.31	8.6	76	14	12.8	124	14.3	10.5	25
	78	67	4'06"	55	8	2.26	8.2	72	13	11.2	116	15.1	11.1	23
	75	65	4'10"	53	8.2	2.21	7.7	69	12	9.5	108	15.8	11.6	20
及格	72	63	4'15"	52	8.3	2.17	7.4	66	11	8.5	103	16.4	11.9	19
	69	60	4'20"	51	8.4	2.12	6.9	63	10	6.9	94	17.4	12.4	17
	66	57	4'25"	50	8.5	2.07	6.5	60	9	5.4	86	18.3	12.9	15
	63	54	4'30"	48	8.7	2	5.9	56	8	3.3	75	19.6	13.5	12
	60	50	4'35"	46	8.8	1.93	5.3	52	7	1.2	64	20.8	14.1	9
不及格	50	49	4'45"	45	8.9	1.91	5	51	5	0.5	60	21.6	14.5	8
	40	48	4'55"	44	9	1.87	4.6	49	4	-0.5	53	22.9	15	7
	30	46	5'05"	43	9.1	1.83	4.2	48	3	-1.5	46	24.1	15.5	6
	20	44	5'15"	42	9.2	1.78	3.6	46	2	-2.8	37	25.8	16.2	5

	10	42	5'25"	40	9.3	1.73	3	43	1	-4.1	28	27.4	16.9	3
--	----	----	-------	----	-----	------	---	----	---	------	----	------	------	---

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 2.8 初中三年级女生各测试项目评分标准

等级	单 项 得 分	肺 活 量 体 重 指 数	800 米 (分. 秒)	台 阶 试 验	50 米 跑 (秒)	立 定 跳 远 (米)	掷 实 心 球 (米)	握 力 体 重 指 数	仰 卧 起 坐 (次/ 分 钟)	坐 位 体 前 屈(厘 米)	跳 绳 (次 /1 分 钟)	篮 球 运 球 (秒)	足 球 运 球 (秒)	排 球 垫 球 (次)
优 秀	100	68	3'24"	66	7.9	1.99	7.8	69	50	19.3	172	12	8.1	35
	98	67	3'27"	65	8	1.98	7.7	68	49	19	167	12.3	8.6	34
	96	66	3'29"	64	8.1	1.96	7.6	67	48	18.5	160	12.8	9.4	32
	94	65	3'32"	63	8.2	1.95	7.5	66	47	18	153	13.4	10.2	30
	92	64	3'35"	62	8.3	1.93	7.4	65	46	17.3	143	14.1	11.3	28
	90	63	3'38"	60	8.4	1.91	7.2	63	44	16.7	133	14.8	12.3	25
良 好	87	62	3'42"	59	8.5	1.89	7.1	62	43	15.9	129	15.5	12.7	24
	84	60	3'46"	57	8.6	1.85	7	59	42	14.7	123	16.6	13.3	22
	81	58	3'50"	54	8.7	1.82	6.9	57	40	13.5	117	17.7	14	21
	78	56	3'54"	52	8.8	1.77	6.8	54	38	11.8	109	19.2	14.8	18
	75	54	3'58"	49	8.9	1.73	6.6	52	36	10.2	101	20.6	15.7	16
及 格	72	52	4'03"	48	9	1.7	6.5	50	35	9.2	96	21.4	16.4	15
	69	50	4'08"	47	9.1	1.65	6.4	48	33	7.7	88	22.6	17.5	14
	66	47	4'13"	45	9.2	1.61	6.3	45	30	6.2	80	23.9	18.6	13
	63	43	4'18"	44	9.4	1.55	6.2	42	28	4.2	69	25.5	20.1	11
	60	40	4'23"	42	9.5	1.49	6	39	25	2.2	58	27.1	21.6	9
不 及 格	50	39	4'30"	41	9.6	1.47	5.8	38	24	1.6	54	27.8	22	8
	40	38	4'37"	40	9.8	1.44	5.4	37	23	0.8	48	28.8	22.7	7
	30	36	4'44"	39	10	1.41	5	36	21	-0.1	42	29.9	23.3	6
	20	34	4'51"	38	10.3	1.37	4.5	34	20	-1.3	33	31.2	24.2	5
	10	33	5'00"	37	10.5	1.33	4	33	18	-2.4	25	32.6	25.1	3

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 3.1 高中一年级——高中三年级男生身高标准体重（体重单位：公斤）

身高段（厘米）	营养不良	较低体重	正常体重	超重	肥胖
	50 分	60 分	100 分	60 分	50 分
140~140.9	<32.1	32.1~40.3	40.4~46.3	46.4~48.3	>=48.4
141~141.9	<32.4	32.4~40.7	40.8~47	47.1~49.1	>=49.2

142~142.9	<32.8	32.8~41.2	41.3~47.7	47.8~49.8	>=49.9
143~143.9	<33.3	33.3~41.7	41.8~48.2	48.3~50.3	>=50.4
144~144.9	<33.6	33.6~42.2	42.3~48.8	48.9~51	>=51.1
145~145.9	<34.0	34~42.7	42.8~49.5	49.6~51.7	>=51.8
146~146.9	<34.4	34.4~43.3	43.4~50.1	50.2~52.3	>=52.4
147~147.9	<35.0	35~43.9	44~50.8	50.9~53.1	>=53.2
148~148.9	<35.6	35.6~44.5	44.6~51.4	51.5~53.7	>=53.8
149~149.9	<36.2	36.2~45.1	45.2~52.2	52.3~54.5	>=54.6
150~150.9	<36.7	36.7~45.7	45.8~52.8	52.9~55.1	>=55.2
151~151.9	<37.3	37.3~46.2	46.3~53.4	53.5~55.8	>=55.9
152~152.9	<37.7	37.7~46.8	46.9~54	54.1~56.4	>=56.5
153~153.9	<38.2	38.2~47.4	47.5~54.6	54.7~57	>=57.1
154~154.9	<38.9	38.9~48.1	48.2~55.3	55.4~57.7	>=57.8
155~155.9	<39.6	39.6~48.8	48.9~56	56.1~58.4	>=58.5
156~156.9	<40.4	40.4~49.6	49.7~57	57.1~59.4	>=59.5
157~157.9	<41.0	41~50.3	50.4~57.7	57.8~60.1	>=60.2
158~158.9	<41.7	41.7~51	51.1~58.5	58.6~61	>=61.1
159~159.9	<42.4	42.4~51.7	51.8~59.2	59.3~61.7	>=61.8
160~160.9	<43.1	43.1~52.5	52.6~60	60.1~62.5	>=62.6
161~161.9	<43.8	43.8~53.3	53.4~60.8	60.9~63.3	>=63.4
162~162.9	<44.5	44.5~54	54.1~61.5	61.6~64	>=64.1
163~163.9	<45.3	45.3~54.8	54.9~62.5	62.6~65	>=65.1
164~164.9	<45.9	45.9~55.5	55.6~63.2	63.3~65.7	>=65.8
165~165.9	<46.5	46.5~56.3	56.4~64	64.1~66.5	>=66.6
166~166.9	<47.1	47.1~57	57.1~64.7	64.8~67.2	>=67.3
167~167.9	<48.0	48~57.8	57.9~65.6	65.7~68.2	>=68.3
168~168.9	<48.7	48.7~58.5	58.6~66.3	66.4~68.9	>=69.0
169~169.9	<49.3	49.3~59.2	59.3~67	67.1~69.6	>=69.7
170~170.9	<50.1	50.1~60	60.1~67.8	67.9~70.4	>=70.5
171~171.9	<50.7	50.7~60.6	60.7~68.8	68.9~71.2	>=71.3
172~172.9	<51.4	51.4~61.5	61.6~69.5	69.6~72.1	>=72.2
173~173.9	<52.1	52.1~62.2	62.3~70.3	70.4~73	>=73.1
174~174.9	<52.9	52.9~63	63.1~71.3	71.4~74	>=74.1
175~175.9	<53.7	53.7~63.8	63.9~72.2	72.3~75	>=75.1
176~176.9	<54.4	54.4~64.5	64.6~73.1	73.2~75.9	>=76.0
177~177.9	<55.2	55.2~65.2	65.3~73.9	74~76.8	>=76.9
178~178.9	<55.7	55.7~66	66.1~74.9	75~77.8	>=77.9
179~179.9	<56.4	56.4~66.7	66.8~75.7	75.8~78.7	>=78.8
180~180.9	<57.1	57.1~67.4	67.5~76.4	76.5~79.4	>=79.5
181~181.9	<57.7	57.7~68.1	68.2~77.4	77.5~80.6	>=80.7
182~182.9	<58.5	58.5~68.9	69~78.5	78.6~81.7	>=81.8
183~183.9	<59.2	59.2~69.6	69.7~79.4	79.5~82.6	>=82.7
184~184.9	<60.0	60~70.4	70.5~80.3	80.4~83.6	>=83.7

185~185.9	<60.8	60.8~71.2	71.3~81.3	81.4~84.6	>=84.7
186~186.9	<61.5	61.5~72	72.1~82.2	82.3~85.6	>=85.7
187~187.9	<62.3	62.3~72.9	73~83.3	83.4~86.7	>=86.8
188~188.9	<63.0	63~73.7	73.8~84.2	84.3~87.7	>=87.8
189~189.9	<63.9	63.9~74.5	74.6~85	85.1~88.5	>=88.6
190~190.9	<64.6	64.6~75.4	75.5~86.2	86.3~89.8	>=89.9

注：身高低于表中所列出的最低身高段的下限值时，身高每低 1 厘米，实测体重需加上 0.5 公斤，实测身高需加上 1 厘米，再查表确定分值。身高高于表中所列出的最高身高段时，身高每高 1 厘米，其实测体重需减去 0.9 公斤，实测身高需减去 1 厘米，再查表确定分值。

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 3.2 高中一年级——高中三年级女生身高标准体重（体重单位：公斤）

身高段（厘米）	营养不良	较低体重	正常体重	超重	肥胖
	50 分	60 分	100 分	60 分	50 分
140~140.9	<33.8	33.8~40.3	40.4~48	48.1~50.5	>=50.6
141~141.9	<34.3	34.3~40.9	41~48.7	48.8~51.3	>=51.4
142~142.9	<34.6	34.6~41.4	41.5~49.2	49.3~51.8	>=51.9
143~143.9	<35.0	35~41.8	41.9~49.9	50~52.6	>=52.7
144~144.9	<35.3	35.3~42.2	42.3~50.3	50.4~53	>=53.1
145~145.9	<35.6	35.6~42.7	42.8~51	51.1~53.7	>=53.8
146~146.9	<36.1	36.1~43.2	43.3~51.6	51.7~54.4	>=54.5
147~147.9	<36.7	36.7~43.8	43.9~52.4	52.5~55.2	>=55.3
148~148.9	<37.0	37~44.3	44.4~52.9	53~55.7	>=55.8
149~149.9	<37.4	37.4~44.8	44.9~53.4	53.5~56.2	>=56.3
150~150.9	<37.9	37.9~45.3	45.4~54	54.1~56.9	>=57.0
151~151.9	<38.4	38.4~45.8	45.9~54.5	54.6~57.4	>=57.5
152~152.9	<38.9	38.9~46.3	46.4~55.2	55.3~57.9	>=58.0
153~153.9	<39.4	39.4~46.8	46.9~55.7	55.8~58.6	>=58.7
154~154.9	<40.0	40~47.4	47.5~56.4	56.5~59.4	>=59.5
155~155.9	<40.5	40.5~47.9	48~56.9	57~59.9	>=60.0
156~156.9	<41.1	41.1~48.5	48.6~57.5	57.6~60.5	>=60.6
157~157.9	<41.6	41.6~49.1	49.2~58.1	58.2~61.1	>=61.2
158~158.9	<42.0	42~49.6	49.7~58.8	58.9~61.8	>=61.9
159~159.9	<42.5	42.5~50.2	50.3~59.5	59.6~62.6	>=62.7
160~160.9	<43.0	43~50.7	50.8~60	60.1~63.1	>=63.2
161~161.9	<43.5	43.5~51.2	51.3~60.7	60.8~63.8	>=63.9
162~162.9	<44.0	44~51.7	51.8~61.2	61.3~64.3	>=64.4
163~163.9	<44.4	44.4~52.2	52.3~61.8	61.9~65	>=65.1
164~164.9	<44.8	44.8~52.7	52.8~62.3	62.4~65.5	>=65.6

165~165.9	<45.2	45.2~53.1	53.2~62.7	62.8~65.9	>=66.0
166~166.9	<45.6	45.6~53.6	53.7~63.4	63.5~66.6	>=66.7
167~167.9	<46.1	46.1~54.1	54.2~64.1	64.2~67.1	>=67.2
168~168.9	<46.6	46.6~54.6	54.7~64.9	65~67.6	>=67.7
169~169.9	<47.1	47.1~55.2	55.3~65.3	65.4~68.4	>=68.5
170~170.9	<47.6	47.6~55.7	55.8~65.8	65.9~68.9	>=69.0
171~171.9	<48.1	48.1~56.4	56.5~66.3	66.4~69.6	>=69.7
172~172.9	<48.7	48.7~57	57.1~67.1	67.2~70.4	>=70.5
173~173.9	<49.3	49.3~57.6	57.7~67.7	67.8~71	>=71.1
174~174.9	<49.9	49.9~58.2	58.3~68.3	68.4~71.6	>=71.7
175~175.9	<50.5	50.5~58.9	59~69.1	69.2~72.5	>=72.6
176~176.9	<50.9	50.9~59.5	59.6~69.9	70~73.3	>=73.4
177~177.9	<51.6	51.6~60.2	60.3~70.6	70.7~74	>=74.1
178~178.9	<52.1	52.1~60.9	61~71.4	71.5~74.9	>=75.0
179~179.9	<52.6	52.6~61.5	61.6~72	72.1~75.5	>=75.6
180~180.9	<53.3	53.3~62.2	62.3~72.7	72.8~76.2	>=76.3
181~181.9	<53.8	53.8~62.8	62.9~73.3	73.4~76.8	>=76.9
182~182.9	<54.4	54.4~63.4	63.5~73.9	74~77.4	>=77.5
183~183.9	<55.0	55~64	64.1~74.7	74.8~78.2	>=78.3
184~184.9	<55.4	55.4~64.6	64.7~75.3	75.4~78.8	>=78.9
185~185.9	<55.8	55.8~65.3	65.4~76.1	76.2~79.7	>=79.8

注：身高低于表中所列出的最低身高段的下限值时，身高每低 1 厘米，实测体重需加上 0.5 公斤，实测身高需加上 1 厘米，再查表确定分值。身高高于表中所列出的最高身高段时，身高每高 1 厘米，其实测体重需减去 0.9 公斤，实测身高需减去 1 厘米，再查表确定分值。

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 3.3 高中一年级男生各测试项目评分标准

等级	单项得分	肺活量 体重指数	1000 米 (分.秒)	台阶 试验	50 米 跑 (秒)	立定 跳远 (米)	掷 实 心 球 (米)	握 力 体 重 指 数	引 体 向 上 (次)	坐 位 体 前 屈 (厘米)	跳 绳 (次/1分钟)	篮球运 球(秒)	足球 运球 (秒)	排球 垫球 (次)
优秀	100	82	3'28"	68	6.6	2.58	13.6	92	23	20.8	185	9.2	7.2	40
	98	81	3'31"	67	6.7	2.57	13.2	91	22	20.4	180	9.6	7.4	39
	96	80	3'34"	66	6.8	2.55	12.6	90	21	19.9	173	10.2	7.8	37
	94	79	3'37"	65	6.9	2.54	12	88	20	19.4	165	10.9	8.2	35

	92	78	3'40"	64	7	2.52	11.2	87	19	18.7	155	11.7	8.6	33
	90	76	3'43"	62	7.1	2.5	10.4	85	18	18	145	12.6	9.1	30
良好	87	75	3'47"	61	7.2	2.47	10.2	83	17	17.1	141	13	9.4	29
	84	73	3'51"	59	7.4	2.44	9.8	81	16	15.8	134	13.5	9.8	27
	81	71	3'56"	58	7.5	2.4	9.4	78	15	14.4	128	14.1	10.2	25
	78	68	4'01"	55	7.7	2.34	8.9	75	14	12.6	119	14.9	10.8	23
	75	66	4'06"	53	7.9	2.29	8.5	71	13	10.8	110	15.6	11.3	20
及格	72	64	4'11"	52	8	2.26	8.2	69	12	9.7	105	16.2	11.6	19
	69	61	4'16"	51	8.1	2.21	7.7	66	11	8	96	17.2	12.1	17
	66	59	4'21"	50	8.2	2.17	7.2	63	10	6.3	88	18.1	12.6	15
	63	55	4'26"	48	8.3	2.1	6.6	59	9	4	77	19.4	13.2	12
	60	52	4'31"	46	8.4	2.04	6	55	8	1.7	66	20.6	13.8	9
不及格	50	51	4'40"	45	8.5	2.02	5.8	54	6	1	62	21.4	14.2	8
	40	49	4'50"	44	8.6	1.99	5.5	52	5	-0.1	55	22.7	14.7	7
	30	48	5'00"	43	8.7	1.96	5.2	50	4	-1.1	48	23.9	15.2	6
	20	45	5'10"	42	8.9	1.92	4.8	48	3	-2.5	39	25.6	15.9	5
	10	43	5'20"	40	9	1.89	4.4	46	2	-3.8	30	27.2	16.6	3

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 3.4 高中一年级女生各测试项目评分标准

等级	单项得分	肺活量 体重指数	1000米 (分.秒)	台阶 试验	50米 跑(秒)	立定 跳远 (米)	掷实 心球 (米)	握力 体重 指数	引体 向上 (次)	坐位 体前 屈(厘米)	跳绳 (次/ 1分钟)	篮球 运球 (秒)	足球 运球 (秒)	排球 垫球 (次)
优秀	100	68	3'24"	68	7.8	2.01	8	70	51	20.3	175	11.8	7.9	35
	98	67	3'27"	67	7.9	2	7.9	69	50	20	170	12.1	8.4	34
	96	66	3'29"	66	8	1.98	7.8	68	49	19.5	163	12.6	9.2	32
	94	65	3'32"	64	8.1	1.97	7.7	67	48	19.1	155	13.2	10	30
	92	64	3'35"	62	8.3	1.95	7.6	65	47	18.4	145	13.9	11.1	28
	90	63	3'38"	60	8.4	1.93	7.4	63	45	17.8	135	14.6	12.1	25
良好	87	62	3'42"	59	8.5	1.91	7.3	62	44	17	131	15.3	12.5	24
	84	60	3'46"	57	8.6	1.87	7.2	60	43	15.7	125	16.4	13.1	22
	81	59	3'50"	54	8.7	1.84	7.1	58	41	14.4	119	17.5	13.8	21
	78	56	3'54"	52	8.8	1.79	7	55	39	12.7	110	19	14.6	18
	75	54	3'58"	49	8.9	1.75	6.8	52	37	11	102	20.4	15.5	16
及格	72	52	4'03"	48	9	1.72	6.7	51	36	10	97	21.2	16.2	15
	69	50	4'08"	47	9.1	1.67	6.6	48	33	8.3	90	22.3	17.3	14
	66	47	4'13"	45	9.2	1.63	6.4	46	31	6.7	82	23.4	18.4	13
	63	44	4'18"	44	9.3	1.57	6.2	43	28	4.5	72	24.9	19.9	11
	60	41	4'23"	42	9.4	1.51	6.1	40	25	2.3	62	26.4	21.4	9

不及格	50	40	4'30"	41	9.5	1.5	5.8	39	24	1.9	58	27.2	21.8	8
	40	38	4'37"	40	9.7	1.47	5.4	38	23	1.2	51	28.3	22.5	7
	30	37	4'44"	39	9.9	1.45	5	36	21	0.5	45	29.4	23.1	6
	20	35	4'51"	37	10.2	1.41	4.5	35	20	-0.4	37	30.9	24	5
	10	34	5'00"	36	10.4	1.38	4	33	18	-1.4	28	32.4	24.9	3

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 3.5 高中二年级男生各测试项目评分标准

等级	单项得分	肺活量 体重指数	1000米 (分.秒)	台阶 试验	50米 跑(秒)	立定 跳远(米)	掷实 心球(米)	握力 体重 指数	引体 向上(次)	坐位 体前 屈(厘米)	跳绳 (次/1分钟)	篮球 运球(秒)	足球 运球(秒)	排球 垫球(次)
优秀	100	83	3'28"	68	6.4	2.61	13.8	93	24	21.5	190	9	6.9	45
	98	82	3'31"	67	6.5	2.6	13.4	92	23	21.1	185	9.4	7.1	44
	96	81	3'33"	66	6.6	2.58	12.8	91	22	20.6	178	10	7.5	41
	94	80	3'35"	65	6.7	2.57	12.2	90	21	20.1	170	10.7	7.9	39
	92	79	3'38"	64	6.8	2.55	11.4	88	20	19.5	160	11.5	8.3	36
	90	77	3'41"	62	6.9	2.53	10.6	86	19	18.8	150	12.4	8.8	33
良好	87	76	3'45"	61	7	2.51	10.4	84	18	17.9	145	12.8	9.1	32
	84	74	3'49"	59	7.2	2.47	10	82	17	16.6	138	13.3	9.5	30
	81	72	4'03"	58	7.3	2.44	9.7	79	16	15.3	131	13.9	9.9	28
	78	69	4'08"	55	7.5	2.39	9.2	76	15	13.5	122	14.7	10.5	25
	75	66	4'13"	53	7.7	2.34	8.7	72	14	11.8	112	15.4	11	22
及格	72	65	4'18"	52	7.8	2.31	8.5	70	13	10.6	107	16	11.3	21
	69	62	4'23"	51	7.9	2.26	8.1	67	12	8.8	98	17.1	11.8	19
	66	59	4'28"	50	8	2.22	7.7	64	11	7	90	17.9	12.3	17
	63	56	4'33"	48	8.1	2.15	7.2	60	10	4.6	79	19.2	12.9	15
	60	53	4'38"	46	8.2	2.09	6.8	56	9	2.2	68	20.4	13.5	12
不及格	50	51	4'45"	45	8.3	2.07	6.6	55	7	1.5	64	21.2	13.9	11
	40	50	4'51"	44	8.5	2.04	6.3	53	6	0.4	58	22.5	14.4	10
	30	48	4'58"	43	8.6	2.01	6.1	51	5	-0.7	52	23.7	14.9	8
	20	46	5'05"	42	8.8	1.97	5.7	49	4	-2.1	43	25.4	15.6	6
	10	44	5'12"	40	9	1.93	5.4	47	3	-3.5	35	27	16.3	4

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 3.6 高中二年级女生各测试项目评分标准

等级	单项得分	肺活量	800米 (分.秒)	台阶 试验	50米 跑(秒)	立定 跳远(米)	掷实 心球	握力 体	仰卧 起	坐位 体前 屈	跳绳 (次/1分)	篮球 运球(秒)	足球 运球(秒)	排球 垫
----	------	-----	---------------	----------	-------------	-------------	----------	---------	---------	---------------	--------------	-------------	-------------	---------

	分	体 重 指 数	秒)	验))	球 (米)	重 指 数	坐 (次/ 分 钟)	(厘 米)	钟)))	球 (次)
优 秀	100	70	3'24"	66	7.6	2.03	8.1	70	52	20.7	178	11.6	7.7	40
	98	69	3'27"	65	7.7	2.02	8	69	51	20.4	173	11.9	8.2	39
	96	68	3'29"	64	7.8	2	7.9	68	50	19.9	166	12.4	9	36
	94	67	3'32"	63	7.9	1.99	7.8	67	49	19.4	158	13	9.8	34
	92	66	3'35"	62	8.1	1.97	7.7	66	47	18.7	148	13.7	10.9	31
	90	64	3'38"	60	8.2	1.95	7.5	64	45	18	138	14.4	11.9	28
良 好	87	63	3'42"	59	8.3	1.93	7.4	63	44	17.2	134	15.1	12.3	27
	84	61	3'46"	57	8.4	1.89	7.3	60	43	16	127	16.2	12.9	25
	81	59	3'50"	54	8.5	1.85	7.2	58	41	14.8	120	17.3	13.6	23
	78	57	3'54"	52	8.6	1.8	7.1	55	39	13.2	111	18.8	14.4	21
	75	54	3'58"	49	8.7	1.75	6.9	52	37	11.6	102	20.2	15.3	18
及 格	72	52	4'03"	48	8.8	1.73	6.8	51	36	10.5	98	21	16	17
	69	50	4'08"	47	8.9	1.69	6.7	48	34	8.81	91	22.1	17.1	16
	66	47	4'13"	46	9	1.65	6.5	46	32	7.21	84	23.2	18.2	14
	63	44	4'18"	44	9.1	1.6	6.3	43	29	4.9	75	24.7	19.7	12
	60	41	4'23"	42	9.2	1.54	6.1	40	27	2.7	66	26.2	21.2	10
不 及 格	50	40	4'30"	41	9.3	1.53	5.9	39	26	2.2	62	27	21.6	9
	40	38	4'37"	40	9.5	1.5	5.6	38	24	1.31	55	28.1	22.3	8
	30	37	4'44"	39	9.7	1.47	5.4	37	23	0.5	49	29.2	22.9	7
	20	36	4'51"	38	10	1.44	5	35	21	-0.6	40	30.7	23.8	6
	10	34	5'00"	36	10.2	1.41	4.6	33	19	-1.7	31	32.2	24.7	4

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】

表 3.7 高中三年级男生各测试项目评分标准

等 级	单 项 得 分	肺 活 量 体 重 指 数	1000 米 (分. 秒)	台 阶 试 验	50 米 跑 (秒)	立定 跳远 (米)	掷实 心球 (米)	握 力 体 重 指 数	引 体 向 上 (次)	坐位 体前 屈 (厘 米)	跳绳 (次 /1分 钟)	篮球 运球 (秒)	足球 运球 (秒)	排 球 垫 球 (次)
优 秀	100	83	3'27"	74	6.2	2.63	14.2	94	25	22.5	195	8.8	6.6	45
	98	82	3'28"	72	6.3	2.62	13.8	93	24	22.1	190	9.2	6.8	44
	96	81	3'31"	71	6.4	2.6	13.2	92	23	21.6	182	9.8	7.2	41
	94	80	3'33"	69	6.5	2.59	12.6	90	22	21	174	10.5	7.6	39
	92	79	3'35"	66	6.6	2.57	11.8	88	21	20.2	164	11.3	8	36
	90	78	3'39"	64	6.7	2.55	11	87	20	19.5	153	12.2	8.5	33
良	87	76	3'42"	62	6.8	2.53	10.8	85	19	18.6	148	12.6	8.8	32

好	84	74	3'45"	60	7	2.49	10.4	82	18	17.2	140	13.1	9.2	30
	81	72	3'49"	58	7.2	2.45	10.1	80	17	15.8	133	13.7	9.6	28
	78	70	3'53"	56	7.5	2.4	9.6	76	16	13.9	122	14.5	10.2	25
	75	67	3'58"	53	7.7	2.35	9.1	73	15	12.1	112	15.2	10.7	22
及格	72	65	4'05"	52	7.8	2.32	8.9	71	14	10.9	107	15.8	11	21
	69	63	4'12"	51	7.9	2.28	8.4	67	13	9.2	99	16.8	11.5	19
	66	60	4'19"	50	8	2.23	8	64	12	7.4	91	17.7	12	17
	63	57	4'26"	48	8.2	2.17	7.5	60	11	5	81	19	12.6	15
不及格	60	53	4'33"	46	8.3	2.11	6.9	55	10	2.7	70	20.2	13.2	12
	50	52	4'40"	45	8.4	2.1	6.7	54	8	2.1	66	21	13.6	11
	40	51	4'47"	44	8.5	2.07	6.4	52	7	1.2	60	22.3	14.1	10
	30	49	4'54"	43	8.7	2.04	6.1	50	6	0.3	54	23.5	14.6	8
不及格	20	47	5'01"	42	8.8	2.01	5.7	48	5	-1	45	25.2	15.3	6
	10	45	5'08"	40	9	1.97	5.4	46	4	-2.2	37	26.8	16	4

【来源：《国家学生体质健康标准》，2007.】

表 3.8 高中三年级女生各测试项目评分标准

等级	单项得分	肺活量 体重指数	1000米 (分.秒)	台阶 试验	50米跑 (秒)	立定跳远 (米)	掷实心球 (米)	握力 体重指数	引体向上 (次)	坐位体前屈 (厘米)	跳绳 (次/1分钟)	篮球运球 (秒)	足球运球 (秒)	排球垫球 (次)
优秀	100	68	3'24"	70	7.4	2.05	8.2	72	52	21	185	11.4	7.5	40
	98	67	3'27"	69	7.5	2.04	8.1	71	51	20.7	179	11.7	8	39
	96	66	3'29"	67	7.6	2.03	8	70	50	20.1	170	12.2	8.8	36
	94	65	3'32"	65	7.7	2.01	7.9	68	49	19.6	161	12.8	9.6	34
	92	64	3'35"	62	7.9	1.99	7.8	67	47	18.9	148	13.5	10.7	31
	90	63	3'38"	59	8	1.97	7.6	65	45	18.2	136	14.2	11.7	28
良好	87	62	3'42"	58	8.1	1.95	7.5	63	44	17.4	132	14.9	12.1	27
	84	60	3'46"	56	8.2	1.91	7.4	61	43	16.2	125	16	12.7	25
	81	58	3'50"	54	8.3	1.87	7.3	59	41	14.9	119	17.1	13.4	23
	78	56	3'54"	52	8.4	1.82	7.2	56	39	13.3	111	18.6	14.2	21
	75	54	3'58"	49	8.5	1.77	7	53	38	11.7	102	20	15.1	18
及格	72	52	4'03"	48	8.6	1.74	6.9	51	36	10.6	98	20.8	15.8	17
	69	50	4'08"	47	8.7	1.7	6.8	48	35	8.9	92	21.9	16.9	16
	66	48	4'13"	46	8.8	1.67	6.6	46	33	7.2	86	23	18	14
	63	44	4'18"	44	8.9	1.61	6.4	42	30	5	78	24.5	19.5	12
	60	41	4'23"	42	9	1.56	6.2	39	28	2.7	71	26	21	10
不及	50	40	4'30"	41	9.2	1.54	6	38	27	2.2	66	26.8	21.4	9
	40	39	4'37"	40	9.4	1.52	5.7	37	26	1.5	59	27.9	22.1	8

格	30	38	4'44"	39	9.6	1.49	5.5	35	24	0.8	52	29	22.7	7
	20	36	4'51"	38	9.9	1.45	5.1	33	23	-0.2	42	30.5	23.6	6
	10	35	5'00"	36	10. 2	1.42	4.7	31	21	-1.2	33	32	24.5	4

【来源：《国家学生体质健康标准》,2007.】