202312812KL2

例2　(2022·杭州市测试)仰卧起坐是《国家学生体质的健康标准》中规定的女生测试项目之一。若某女生一分钟内做了50个仰卧起坐，其质量为50 kg，上半身质量为总质量的0.6倍，仰卧起坐时下半身重心位置不变，*g*取10 m/s2。则测试过程中该女生克服重力做功的平均功率约为(　　)

A．10 W B．40 W C．100 W D．200 W