

附件 1

2025 年中考体育平时考核成绩汇总表

学校（盖章）：			校长签名：			总人数：			未满 6 分人数：		
序号	准考证号	姓名	体育与健康课成绩 （每学年 1 分，共 3 分）			《国标》测试成绩 （每学年 1 分，共 3 分）			平时考核总分	备注 （未满 6 分）	考生签名
			七	八	九	七	八	九			
1									0.0		
2									0.0		

注：1.该表复制到 excel 造册，按准考证号从低到高排序，并对“未满 6 分”考生做好备注（可红笔标注）。

2.若学校人数较多，可以按若干班级为单位造册（准考证号顺序）。

3.学校将平时成绩录入中考管理系统，并将此纸质表及 excel 电子版报县（区）教育考试中心。

附件 2

体育与健康课平时成绩证明（模板）

我校学生姓名：_____身份证号：_____, 根据该生初中阶段体育与健康课的考勤、表现、考试成绩、掌握运动技能及课外体育锻炼情况等方面进行考核，其平时考核成绩（每学年满分 1 分，分数保留 1 位小数点）如下：

七年级:_____分;

八年级:_____分;

九年级:_____分;

平时成绩合计: _____分（满分 3 分，分数保留 1 位小数点）。

特此证明。

学校(盖章):_____

年 月 日

附件 3

国家学生体质健康标准登记卡

国家“学生体质健康网”（www.csh.moe.edu.cn）打印

《国家学生体质健康标准》登记卡(初中样表)

姓 名		性 别		学 校		学 号					
班 级		民 族		学 号		出生日期					
单 项 指 标	初 一			初 二			初 三			毕 业 成 绩	
	成绩	得分	等级	成绩	得分	等级	成绩	得分	等级	得 分	等 级
体重指数 (BMI) (千克/米 ²)											
肺活量 (毫升)											
50 米跑 (秒)											
坐位体前屈 (厘米)											
立定跳远 (厘米)											
引体向上 (男) / 1 分钟仰卧起坐 (女) (次)											
1000 米跑 (男) / 800 米跑 (女) (分·秒)											
标准分											
加分指标	成绩	附加分		成绩	附加分		成绩	附加分			
引体向上 (男) / 1 分钟仰卧起坐 (女) (次)											
1000 米跑 (男) / 800 米跑 (女) (分·秒)											
学年总分											
等级评定											
体育教师签字											
班主任签字											
家长签字											

学校签章： 年 月 日

附件 4

惠州市初中学业水平考试体育考试项目规则

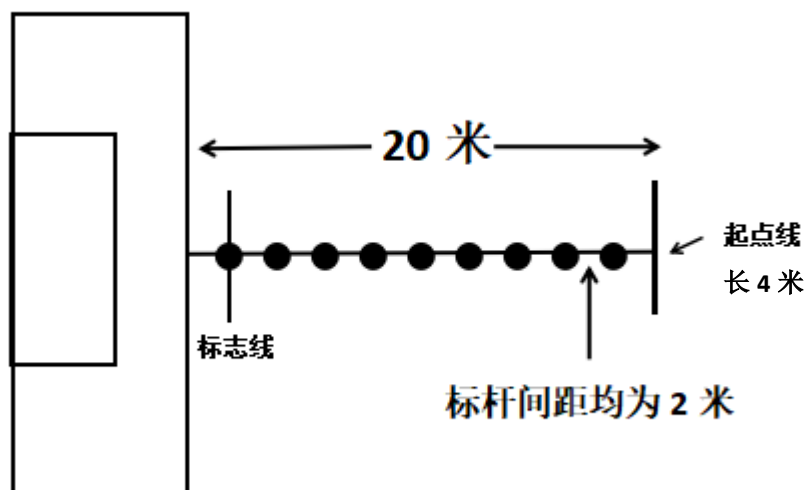
一、1000 米跑（男）、800 米跑（女）

（一）场地及器材：必须在 400 米跑道的田径场上进行，采用电子计时设备，用发令枪或发令旗发令。

（二）考试方法：起跑姿势不限，禁止穿钉鞋，其他按田径规则进行。

二、足球绕杆射门

（一）场地设置（如图所示）



1.采用电子计时设备，在距罚球区线中点 20 米处，划一条与罚球区线平行、长 4 米的线段为起点线。

2.从罚球区线中点到运球起始线中点之间,插置标杆 9 支。第 1 支标杆距离运球起始线 2 米，各标杆间距 2 米；第 9 支标杆距离罚球区线中点 2 米。

3.标杆固定垂直插入地面，地面之上标杆高至少 1.5 米。

4.考试场地、球门尺寸按照足球 11 人制比赛场地设置。

（二）考试方法：

1.听到考官指令后，考生运球逐个绕过标杆后射门（球越过第 9 支标杆的标志线后方可射门，否则视为违例）。球越过球门线时计时器停止计时。

2.考生在计时器开启后禁止用手触球、运球漏杆或未射进球门，均不计成绩。

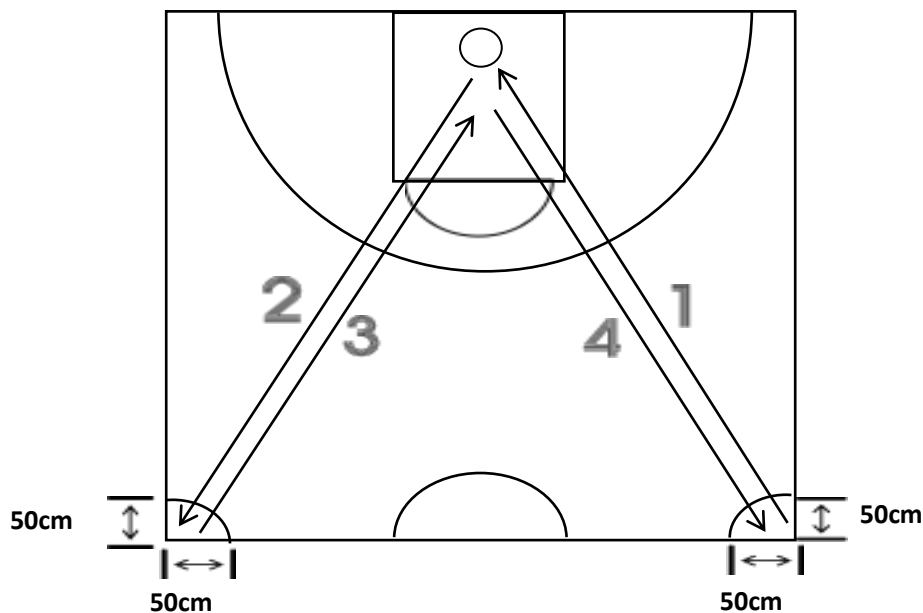
3.考生每人测试二次，取最好成绩为最终成绩。

4.考生须穿运动鞋参加测试。

5.测试用球男女统一标准为 4 号足球。

三、篮球半场来回运球上篮

（一）场地设置：半场篮球场（场地长 14 米、宽 15 米，篮筐高度 3.05 米）（如图所示）



（二）考试方法：

采用电子计时设备，监考员发出“预备——开始”的口令后，开始计时，考生从其中一侧起点（半场中线与边线的交点为圆心，以 50 厘米为半径所划的圆圈）运球到达篮下投篮，投中后运球至另一侧，一脚踏进圆圈后，往回运球上篮，投中后运球回起点；人和球都到达起点停表；运球过程中，若考生暂时失去对球的控制，但球未出测试场地，考生可自行捡回，在对球失去控制处继续运球，计时不停表。每人测试二次，测试结束后，取最好的一次成绩。测试用球男子为 7 号篮球，女子为 6 号篮球。违例者当次成绩无效。二次均无成绩者，考生该项成绩为零。

下列行为属于违例行为：

- 1.发令前身体或球触及起点线前的地面；
- 2.运球折返或冲刺时未越过终点线；
- 3.运球过程中出现二次运球；
- 4.投篮不中时，在没有补中的情况下运球到另外一侧；
- 5.运球过程中双手同时触球。

四、100 米跑

（一）场地及器材：采用分道跑，考生必须自始至终在各自的分道内完成测试。采用电子计时设备，用发令枪发令。

（二）考试方法：

1.起跑必须采用蹲踞式起跑姿势，并使用考场提供的起跑器。凡不按田径竞赛规则要求起跑的考生将被警告或取消考试资格。考生可穿自备的钉鞋进行考试，但钉鞋必须符合规则

规定（鞋钉长度不得超过 9 毫米）。

2.起跑犯规判罚：对于第一次起跑犯规的相关考生给予黄牌警告，并向该组所有考生亮黄牌警告，对于之后出现起跑犯规的相关考生（不论是一名或多名），均出示红牌并取消相关考生的本项目考试资格。

3.每名考生只有一次考试机会。

五、原地投掷实心球

（一）场地及器材：采用电子仪器测量，在 20 米长、6 米宽的平地。实心球球体直径：14—14.5 厘米；重量：男、女生均为 2 公斤±20 克；球体为生胶铸造；球体内不得有滚动物。

（二）动作规格：投掷前，原地两脚前后或左右开立，身体正对投掷方向。双手举球至头上方稍后仰，双肩与起掷线平行，原地双手用力把球掷向前方。球出手时双肩须与起掷线平行，不得踩线或过线投掷。

（三）考试方法：在投掷区划一条白线为起掷线，受试者站在起掷线后。每人连续投掷三次，取其中最远一次成绩。记录以米为单位，取两位小数，丈量起掷线后沿至球着地点后沿之间的垂直距离。为了准确丈量成绩，应有专人负责观察实心球着地点。丈量及登记时，均要唱出成绩。

六、一分钟跳绳

（一）场地器材：在平坦地面进行，采用自动计数跳绳。

（二）动作规格：单或双脚均可，每跳一次摇绳须经过头、脚一次。

（三）考试方法：将自动计数跳绳开至计数状态，监考员发出“预备——开始”的口令，同时计时，记录一分钟内所完成次数，并唱读成绩。每人共可跳两次，取其中成绩最好的一次。

七、100 米游泳（不限泳姿）

（一）场地器材：考试场地为室外或室内 50 米标准游泳池，根据参加考试的人数分为若干泳道，泳道之间用泳道线标记，配备电子计时设备、发令枪，考点全覆盖视频监控系统。

（二）动作规格：考试不限泳姿，考生可用任何泳姿游完全程。

（三）考试方法：每名考生只有一次考试机会，考试时考生须穿着不透明泳装并佩戴泳帽，可选择佩戴泳镜，禁止携带游泳辅助设备（如手蹼、脚蹼、泳圈等）进入考点。考生在泳池出发端水中出发，出发前保持身体触壁并处于静止状态，听到“出发”信号后蹬离池壁开始游进。出发 15 米后身体必须有一部分露出水面，考生须在规定的泳道保持连续游进，途中不得脚踩池底、扒扶池壁或水线。转身时允许身体任何部位在水上或水下触及池壁，用脚蹬离池壁继续游进，转身动作须连贯，不得停顿。游至终点时，身体任一部位触及池壁即为完成考试。考试时当场报出成绩并予以登记。

（四）考试中出现以下三种犯规情况之一，成绩无效：

- 1.游进和转身时身体任一部分触及池底；
- 2.游进和转身时扒扶池壁或水线；
- 3.越过水线或妨碍他人。

八、立定跳远

（一）场地：电子仪器所要求场地或沙坑。

1.使用电子仪器测量时，按照电子仪器所要求场地和提供的塑胶防滑跳板起跳、测试。

2.使用的沙与地面齐平。起跳板采用塑胶防滑跳板或坚固木板，长 100 或 122 厘米，宽 20 厘米，木板厚度不得少于 6 厘米，塑胶防滑跳板面上的塑胶要紧粘在木板上，不得用钉固定，厚度不得少于 0.7 厘米，不超过 1.3 厘米（不得采用弹性过大的纯塑胶起跳板）。起跳板埋入地下，与地面齐平。起跳板前沿与沙坑近端不得少于 30 厘米。

（二）动作规格：两脚自然平行开立站在起跳线后，脚尖不得踩线，原地两脚同时起跳。

（三）考试方法：每人连续试跳三次，丈量起跳线后沿至身体着地最近点后沿的垂直距离，取其中最远一次的成绩。不得穿钉鞋和胶粒底鞋，可采用胶鞋或赤脚起跳。登记成绩时以米为单位，取两位小数。丈量及登记时，均要唱读成绩。

惠州市初中学业水平考试体育考试项目评分标准

1000 米跑分值表（男）

分值	成绩（分秒）	分值	成绩（分秒）	分值	成绩（分秒）
100	3.37	66	4.25	32	4.59
99	3.38~3.39	65	4.26	31	5.00
98	3.40~3.41	64	4.27~4.28	30	5.01
97	3.42~3.43	63	4.29	29	5.02
96	3.44	62	4.30	28	5.03
95	3.45	61	4.31	27	5.04
94	3.46~3.48	60	4.32	26	—
93	3.49~3.51	59	4.33	25	5.05
92	3.52~3.53	58	4.34	24	5.06
91	3.54	57	4.35	23	5.07
90	3.55	56	4.36	22	5.08
89	3.56~3.57	55	4.37	21	—
88	3.58~3.59	54	4.38	20	5.09
87	4.00	53	4.39	19	5.10
86	4.01	52	4.40	18	5.11
85	4.02	51	4.41	17	—
84	4.03~4.04	50	4.42	16	—
83	4.05~4.06	49	4.43	15	5.12
82	4.07	48	4.44	14	5.13
81	4.08	47	4.45	13	—
80	4.09	46	4.46	12	—
79	4.10~4.11	45	4.47	11	—
78	4.12	44	4.48	10	5.14
77	4.13	43	4.49	9	5.15
76	4.14	42	4.50	8	—
75	4.15	41	4.51	7	—
74	4.16~4.17	40	4.52	6	—
73	4.18	39	4.53	5	5.16
72	4.19	38	4.54	4	5.17
71	4.20	37	4.55	3	5.18
70	4.21	36	—	2	—
69	4.22	35	4.56	1	—
68	4.23	34	4.57	0	5.19
67	4.24	33	4.58	—	—

800 米跑分值表（女）

分值	成绩（分秒）	分值	成绩（分秒）	分值	成绩（分秒）
100	3.22	66	4.08	32	4.44
99	3.23~3.24	65	4.09	31	4.45
98	3.25~3.26	64	4.10	30	4.46
97	3.27~3.28	63	4.11	29	4.47
96	3.29~3.30	62	4.12	28	4.48
95	3.31	61	4.13	27	4.49
94	3.32~3.33	60	4.14	26	—
93	3.34~3.35	59	4.15~4.16	25	4.50
92	3.36~3.37	58	4.17	24	4.51
91	3.38~3.39	57	4.18	23	4.52
90	3.40	56	4.19	22	4.53
89	3.41~3.42	55	4.20	21	—
88	3.43	54	4.21~4.22	20	4.54
87	3.44	53	4.23	19	4.55
86	3.45	52	4.24	18	4.56
85	3.46	51	4.25	17	—
84	3.47~3.48	50	4.26	16	—
83	3.49	49	4.27	15	4.57
82	3.50	48	4.28	14	4.58
81	3.51	47	4.29	13	—
80	3.52	46	4.30	12	—
79	3.53	45	4.31	11	—
78	3.54	44	4.32~4.33	10	4.59
77	3.55	43	4.34	9	5.00
76	3.56	42	4.35	8	—
75	3.57	41	4.36	7	—
74	3.58~3.59	40	4.37	6	—
73	4.00	39	4.38	5	5.01
72	4.01	38	4.39	4	5.02
71	4.02	37	4.40	3	5.03
70	4.03	36	—	2	—
69	4.04~4.05	35	4.41	1	—
68	4.06	34	4.42	0	5.04
67	4.07	33	4.43	—	—

实心球分值表（男）

分值	成绩（米）	分值	成绩（米）	分值	成绩（米）
100	11.00	66	8.44~8.41	32	7.09~7.05
99	10.99~10.80	65	8.40	31	7.04~7.01
98	10.79~10.60	64	8.39~8.35	30	7.00
97	10.59~10.40	63	8.34~8.30	29	6.99~6.95
96	10.39~10.21	62	8.29~8.25	28	6.94~6.90
95	10.20	61	8.24~8.21	27	6.89~6.85
94	10.19~10.00	60	8.20	26	6.84~6.81
93	9.99~9.80	59	8.19~8.15	25	6.80
92	9.79~9.60	58	8.14~8.10	24	6.79~6.75
91	9.59~9.41	57	8.09~8.05	23	6.74~6.70
90	9.40	56	8.04~8.01	22	6.69~6.65
89	9.39~9.35	55	8.00	21	6.64~6.61
88	9.34~9.30	54	7.99~7.95	20	6.60
87	9.29~9.25	53	7.94~7.90	19	6.59~6.55
86	9.24~9.21	52	7.89~7.85	18	6.54~6.50
85	9.20	51	7.84~7.81	17	6.49~6.45
84	9.19~9.15	50	7.80	16	6.44~6.41
83	9.14~9.10	49	7.79~7.75	15	6.40
82	9.09~9.05	48	7.74~7.70	14	6.39~6.35
81	9.04~9.01	47	7.69~7.65	13	6.34~6.30
80	9.00	46	7.64~7.61	12	6.29~6.25
79	8.99~8.95	45	7.60	11	6.24~6.21
78	8.94~8.90	44	7.59~7.55	10	6.20
77	8.89~8.85	43	7.54~7.50	9	6.19~6.15
76	8.84~8.81	42	7.49~7.45	8	6.14~6.10
75	8.80	41	7.44~7.41	7	6.09~6.05
74	8.79~8.75	40	7.40	6	6.04~6.01
73	8.74~8.70	39	7.39~7.35	5	6.00
72	8.69~8.65	38	7.34~7.30	4	5.99~5.95
71	8.64~8.61	37	7.29~7.25	3	5.94~5.90
70	8.60	36	7.24~7.21	2	5.89~5.85
69	8.59~8.55	35	7.20	1	5.84~5.81
68	8.54~8.50	34	7.19~7.15	0	5.80
67	8.49~8.45	33	7.14~7.10	—	—

实心球分值表（女）

分值	成绩（米）	分值	成绩（米）	分值	成绩（米）
100	8.00	66	5.69~5.66	32	4.68~4.65
99	7.99~7.80	65	5.65	31	4.64~4.61
98	7.79~7.60	64	5.64~5.62	30	4.60
97	7.59~7.40	63	5.61~5.59	29	4.59~4.57
96	7.39~7.21	62	5.58~5.55	28	4.56~4.54
95	7.20	61	5.54~5.51	27	4.53~4.50
94	7.19~7.00	60	5.50	26	4.49~4.46
93	6.99~6.80	59	5.49~5.47	25	4.45
92	6.79~6.60	58	5.46~5.44	24	4.44~4.42
91	6.59~6.41	57	5.43~5.40	23	4.41~4.39
90	6.40	56	5.39~5.36	22	4.38~4.35
89	6.39~6.37	55	5.35	21	4.34~4.31
88	6.36~6.34	54	5.34~5.32	20	4.30
87	6.33~6.30	53	5.31~5.29	19	4.29~4.27
86	6.29~6.26	52	5.28~5.25	18	4.26~4.24
85	6.25	51	5.24~5.21	17	4.23~4.20
84	6.24~6.22	50	5.20	16	4.19~4.16
83	6.21~6.19	49	5.19~5.17	15	4.15
82	6.18~6.15	48	5.16~5.14	14	4.14~4.12
81	6.14~6.11	47	5.13~5.10	13	4.11~4.09
80	6.10	46	5.09~5.06	12	4.08~4.05
79	6.09~6.07	45	5.05	11	4.04~4.01
78	6.06~6.04	44	5.04~5.02	10	4.00
77	6.03~6.00	43	5.01~4.99	9	3.99~3.97
76	5.99~5.96	42	4.98~4.95	8	3.96~3.94
75	5.95	41	4.94~4.91	7	3.93~3.90
74	5.94~5.92	40	4.90	6	3.89~3.86
73	5.91~5.89	39	4.89~4.87	5	3.85
72	5.88~5.85	38	4.86~4.84	4	3.84~3.82
71	5.84~5.81	37	4.83~4.80	3	3.81~3.79
70	5.80	36	4.79~4.76	2	3.78~3.75
69	5.79~5.77	35	4.75	1	3.74~3.71
68	5.76~5.74	34	4.74~4.72	0	3.70
67	5.73~5.70	33	4.71~4.69	—	—

立定跳远分值表（男）

分值	成绩（米）	分值	成绩（米）	分值	成绩（米）
100	2.55	65	2.20	23	1.95
99	2.52~2.54	63	2.19	22	1.94
98	2.50~2.51	62	2.18	20	1.93
97	2.48~2.49	60	2.17	18	1.92
96	2.46~2.47	58	2.16	17	1.91
95	2.44~2.45	57	2.15	15	1.90
94	2.42~2.43	55	2.14	13	1.89
93	2.40~2.41	53	2.13	12	1.88
92	2.38~2.39	52	2.12	10	1.87
91	2.36~2.37	50	2.11	8	1.86
90	2.35	48	2.10	7	1.85
88	2.34	47	2.09	5	1.84
87	2.33	45	2.08	3	1.83
85	2.32	43	2.07	2	1.82
83	2.31	42	2.06	0	1.81
82	2.30	40	2.05	—	—
80	2.29	38	2.04	—	—
78	2.28	37	2.03	—	—
77	2.27	35	2.02	—	—
75	2.26	33	2.01	—	—
73	2.25	32	2.00	—	—
72	2.24	30	1.99	—	—
70	2.23	28	1.98	—	—
68	2.22	27	1.97	—	—
67	2.21	25	1.96	—	—

立定跳远分值表（女）

分值	成绩（米）	分值	成绩（米）	分值	成绩（米）
100	2.07	65	1.72	23	1.47
99	2.04~2.06	63	1.71	22	1.46
98	2.02~2.03	62	1.70	20	1.45
97	2.00~2.01	60	1.69	18	1.44
96	1.98~1.99	58	1.68	17	1.43
95	1.96~1.97	57	1.67	15	1.42
94	1.94~1.95	55	1.66	13	1.41
93	1.92~1.93	53	1.65	12	1.40
92	1.90~1.91	52	1.64	10	1.39
91	1.88~1.89	50	1.63	8	1.38
90	1.87	48	1.62	7	1.37
88	1.86	47	1.61	5	1.36
87	1.85	45	1.60	3	1.35
85	1.84	43	1.59	2	1.34
83	1.83	42	1.58	0	1.33
82	1.82	40	1.57	—	—
80	1.81	38	1.56	—	—
78	1.80	37	1.55	—	—
77	1.79	35	1.54	—	—
75	1.78	33	1.53	—	—
73	1.77	32	1.52	—	—
72	1.76	30	1.51	—	—
70	1.75	28	1.50	—	—
68	1.74	27	1.49	—	—
67	1.73	25	1.48	—	—

足球绕杆射门（男）

分值	成绩（秒）	分值	成绩（秒）	分值	成绩（秒）
100	17''00	66	20''40~20''49	32	23''80~23''89
99	17''01~17''19	65	20''50~20''59	31	23''90~23''99
98	17''20~17''29	64	20''60~20''69	30	24''00~24''09
97	17''30~17''39	63	20''70~20''79	29	24''10~24''19
96	17''40~17''49	62	20''80~20''89	28	24''20~24''29
95	17''50~17''59	61	20''90~20''99	27	24''30~24''39
94	17''60~17''69	60	21''00~21''09	26	24''40~24''49
93	17''70~17''79	59	21''10~21''19	25	24''50~24''59
92	17''80~17''89	58	21''20~21''29	24	24''60~24''69
91	17''90~17''99	57	21''30~21''39	23	24''70~24''79
90	18''00~18''09	56	21''40~21''49	22	24''80~24''89
89	18''10~18''19	55	21''50~21''59	21	24''90~24''99
88	18''20~18''29	54	21''60~21''69	20	25''00~25''09
87	18''30~18''39	53	21''70~21''79	19	25''10~25''19
86	18''40~18''49	52	21''80~21''89	18	25''20~25''29
85	18''50~18''59	51	21''90~21''99	17	25''30~25''39
84	18''60~18''69	50	22''00~22''09	16	25''40~25''49
83	18''70~18''79	49	22''10~22''19	15	25''50~25''59
82	18''80~18''89	48	22''20~22''29	14	25''60~25''69
81	18''90~18''99	47	22''30~22''39	13	25''70~25''79
80	19''00~19''09	46	22''40~22''49	12	25''80~25''89
79	19''10~19''19	45	22''50~22''59	11	25''90~25''99
78	19''20~19''29	44	22''60~22''69	10	26''00~26''09
77	19''30~19''39	43	22''70~22''79	9	26''10~26''19
76	19''40~19''49	42	22''80~22''89	8	26''20~26''29
75	19''50~19''59	41	22''90~22''99	7	26''30~26''39
74	19''60~19''69	40	23''00~23''09	6	26''40~26''49
73	19''70~19''79	39	23''10~23''19	5	26''50~26''59
72	19''80~19''89	38	23''20~23''29	4	26''60~26''69
71	19''90~19''99	37	23''30~23''39	3	26''70~26''79
70	20''00~20''09	36	23''40~23''49	2	26''80~26''89
69	20''10~20''19	35	23''50~23''59	1	26''90~26''99
68	20''20~20''29	34	23''60~23''69	0	27''00
67	20''30~20''39	33	23''70~23''79	—	—

足球绕杆射门（女）

分值	成绩（秒）	分值	成绩（秒）	分值	成绩（秒）
100	20''00	66	23''40~23''49	32	26''80~26''89
99	20''01~20''19	65	23''50~23''59	31	26''90~26''99
98	20''20~20''29	64	23''60~23''69	30	27''00~27''09
97	20''30~20''39	63	23''70~23''79	29	27''10~27''19
96	20''40~20''49	62	23''80~23''89	28	27''20~27''29
95	20''50~20''59	61	23''90~23''99	27	27''30~27''39
94	20''60~20''69	60	24''00~24''09	26	27''40~27''49
93	20''70~20''79	59	24''10~24''19	25	27''50~27''59
92	20''80~20''89	58	24''20~24''29	24	27''60~27''69
91	20''90~20''99	57	24''30~24''39	23	27''70~27''79
90	21''00~21''09	56	24''40~24''49	22	27''80~27''89
89	21''10~21''19	55	24''50~24''59	21	27''90~27''99
88	21''20~21''29	54	24''60~24''69	20	28''00~28''09
87	21''30~21''39	53	24''70~24''79	19	28''10~28''19
86	21''40~21''49	52	24''80~24''89	18	28''20~28''29
85	21''50~21''59	51	24''90~24''99	17	28''30~28''39
84	21''60~21''69	50	25''00~25''09	16	28''40~28''49
83	21''70~21''79	49	25''10~25''19	15	28''50~28''59
82	21''80~21''89	48	25''20~25''29	14	28''60~28''69
81	21''90~21''99	47	25''30~25''39	13	28''70~28''79
80	22''00~22''09	46	25''40~25''49	12	28''80~28''89
79	22''10~22''19	45	25''50~25''59	11	28''90~28''99
78	22''20~22''29	44	25''60~25''69	10	29''00~29''09
77	22''30~22''39	43	25''70~25''79	9	29''10~29''19
76	22''40~22''49	42	25''80~25''89	8	29''20~29''29
75	22''50~22''59	41	25''90~25''99	7	29''30~29''39
74	22''60~22''69	40	26''00~26''09	6	29''40~29''49
73	22''70~22''79	39	26''10~26''19	5	29''50~29''59
72	22''80~22''89	38	26''20~26''29	4	29''60~29''69
71	22''90~22''99	37	26''30~26''39	3	29''70~29''79
70	23''00~23''09	36	26''40~26''49	2	29''80~29''89
69	23''10~23''19	35	26''50~26''59	1	29''90~29''99
68	23''20~23''29	34	26''60~26''69	0	30''00
67	23''30~23''39	33	26''70~26''79	—	—

100 米跑分值表（男）

分值	成绩（秒）	分值	成绩（秒）	分值	成绩（秒）
100	13''10	66	13''78~13''79	32	14''74~14''76
99	13''11~13''13	65	13''80~13''81	31	14''77~14''79
98	13''14~13''15	64	13''82~13''83	30	14''80~14''82
97	13''16~13''17	63	13''84~13''85	29	14''83~14''85
96	13''18~13''19	62	13''86~13''87	28	14''86~14''88
95	13''20~13''21	61	13''88~13''89	27	14''89~14''91
94	13''22~13''23	60	13''90~13''92	26	14''92~14''94
93	13''24~13''25	59	13''93~13''95	25	14''95~14''97
92	13''26~13''27	58	13''96~13''98	24	14''98~15''00
91	13''28~13''29	57	13''99~14''01	23	15''01~15''03
90	13''30~13''31	56	14''02~14''04	22	15''04~15''06
89	13''32~13''33	55	14''05~14''07	21	15''07~15''09
88	13''34~13''35	54	14''08~14''10	20	15''10~15''12
87	13''36~13''37	53	14''11~14''13	19	15''13~15''15
86	13''38~13''39	52	14''14~14''16	18	15''16~15''18
85	13''40~13''41	51	14''17~14''19	17	15''19~15''21
84	13''42~13''43	50	14''20~14''22	16	15''22~15''24
83	13''44~13''45	49	14''23~14''25	15	15''25~15''27
82	13''46~13''47	48	14''26~14''28	14	15''28~15''30
81	13''48~13''49	47	14''29~14''31	13	15''31~15''33
80	13''50~13''51	46	14''32~14''34	12	15''34~15''36
79	13''52~13''53	45	14''35~14''37	11	15''37~15''39
78	13''54~13''55	44	14''38~14''40	10	15''40~15''42
77	13''56~13''57	43	14''41~14''43	9	15''43~15''45
76	13''58~13''59	42	14''44~14''46	8	15''46~15''48
75	13''60~13''61	41	14''47~14''49	7	15''49~15''51
74	13''62~13''63	40	14''50~14''52	6	15''52~15''54
73	13''64~13''65	39	14''53~14''55	5	15''55~15''64
72	13''66~13''67	38	14''56~14''58	4	15''65~15''74
71	13''68~13''69	37	14''59~14''61	3	15''75~15''84
70	13''70~13''71	36	14''62~14''64	2	15''85~15''94
69	13''72~13''73	35	14''65~14''67	1	15''95~16''09
68	13''74~13''75	34	14''68~14''70	0	16''10
67	13''76~13''77	33	14''71~14''73	—	—

100 米跑分值表（女）

分值	成绩（秒）	分值	成绩（秒）	分值	成绩（秒）
100	14''40	66	15''08~15''09	32	16''04~16''06
99	14''41~14''43	65	15''10~15''11	31	16''07~16''09
98	14''44~14''45	64	15''12~15''13	30	16''10~16''12
97	14''46~14''47	63	15''14~15''15	29	16''13~16''15
96	14''48~14''49	62	15''16~15''17	28	16''16~16''18
95	14''50~14''51	61	15''18~15''19	27	16''19~16''21
94	14''52~14''53	60	15''20~15''22	26	16''22~16''24
93	14''54~14''55	59	15''23~15''25	25	16''25~16''27
92	14''56~14''57	58	15''26~15''28	24	16''28~16''30
91	14''58~14''59	57	15''29~15''31	23	16''31~16''33
90	14''60~14''61	56	15''32~15''34	22	16''34~16''36
89	14''62~14''63	55	15''35~15''37	21	16''37~16''39
88	14''64~14''65	54	15''38~15''40	20	16''40
87	14''66~14''67	53	15''41~15''43	19	16''41
86	14''68~14''69	52	15''44~15''46	18	16''42
85	14''70~14''71	51	15''47~15''49	17	16''43
84	14''72~14''73	50	15''50~15''52	16	16''44
83	14''74~14''75	49	15''53~15''55	15	16''45
82	14''76~14''77	48	15''56~15''58	14	16''46~16''49
81	14''78~14''79	47	15''59~15''61	13	16''50~16''53
80	14''80~14''81	46	15''62~15''64	12	16''54~16''57
79	14''82~14''83	45	15''65~15''67	11	16''58~16''59
78	14''84~14''85	44	15''68~15''70	10	16''60~16''62
77	14''86~14''87	43	15''71~15''73	9	16''63~16''65
76	14''88~14''89	42	15''74~15''76	8	16''66~16''68
75	14''90~14''91	41	15''77~15''79	7	16''69~16''70
74	14''92~14''93	40	15''80~15''82	6	16''71~16''74
73	14''94~14''95	39	15''83~15''85	5	16''75~16''77
72	14''96~14''97	38	15''86~15''88	4	16''78~16''80
71	14''98~14''99	37	15''89~15''91	3	16''81~16''83
70	15''00~15''01	36	15''92~15''94	2	16''84~16''86
69	15''02~15''03	35	15''95~15''97	1	16''87~16''89
68	15''04~15''05	34	15''98~16''00	0	16''90
67	15''06~15''07	33	16''01~16''03	—	—

篮球半场来回运球上篮（男）

分值	成绩（秒）	分值	成绩（秒）	分值	成绩（分秒）
100	19''00	66	33''60~33''99	32	47''20~47''59
99	19''01~19''99	65	34''00~34''39	31	47''60~47''99
98	20''00~20''49	64	34''40~34''79	30	48''00~48''39
97	20''50~20''99	63	34''80~35''19	29	48''40~48''79
96	21''00~21''49	62	35''20~35''59	28	48''80~49''19
95	21''50~21''99	61	35''60~35''99	27	49''20~49''59
94	22''00~22''49	60	36''00~36''39	26	49''60~49''99
93	22''50~22''99	59	36''40~36''79	25	50''00~50''39
92	23''00~23''49	58	36''80~37''19	24	50''40~50''79
91	23''50~23''99	57	37''20~37''59	23	50''80~51''19
90	24''00~24''39	56	37''60~37''99	22	51''20~51''59
89	24''40~24''79	55	38''00~38''39	21	51''60~51''99
88	24''80~25''19	54	38''40~38''79	20	52''00~52''39
87	25''20~25''59	53	38''80~39''19	19	52''40~52''79
86	25''60~25''99	52	39''20~39''59	18	52''80~53''19
85	26''00~26''39	51	39''60~39''99	17	53''20~53''59
84	26''40~26''79	50	40''00~40''39	16	53''60~53''99
83	26''80~27''19	49	40''40~40''79	15	54''00~54''39
82	27''20~27''59	48	40''80~41''19	14	54''40~54''79
81	27''60~27''99	47	41''20~41''59	13	54''80~55''19
80	28''00~28''39	46	41''60~41''99	12	55''20~55''59
79	28''40~28''79	45	42''00~42''39	11	55''60~55''99
78	28''80~29''19	44	42''40~42''79	10	56''00~56''39
77	29''20~29''59	43	42''80~43''19	9	56''40~56''79
76	29''60~29''99	42	43''20~43''59	8	56''80~57''19
75	30''00~30''39	41	43''60~43''99	7	57''20~57''59
74	30''40~30''79	40	44''00~44''39	6	57''60~57''99
73	30''80~31''19	39	44''40~44''79	5	58''00~58''39
72	31''20~31''59	38	44''80~45''19	4	58''40~58''79
71	31''60~31''99	37	45''20~45''59	3	58''80~59''19
70	32''00~32''39	36	45''60~45''99	2	59''20~59''59
69	32''40~32''79	35	46''00~46''39	1	59''60~59''99
68	32''80~33''19	34	46''40~46''79	0	1'00''00
67	33''20~33''59	33	46''80~47''19	—	—

篮球半场来回运球上篮（女）

分值	成绩（秒）	分值	成绩（秒）	分值	成绩（分秒）
100	23''00	66	37''60~37''99	32	51''20~51''59
99	23''01~23''99	65	38''00~38''39	31	51''60~51''99
98	24''00~24''49	64	38''40~38''79	30	52''00~52''39
97	24''50~24''99	63	38''80~39''19	29	52''40~52''79
96	25''00~25''49	62	39''20~39''59	28	52''80~53''19
95	25''50~25''99	61	39''60~39''99	27	53''20~53''59
94	26''00~26''49	60	40''00~40''39	26	53''60~53''99
93	26''50~26''99	59	40''40~40''79	25	54''00~54''39
92	27''00~27''49	58	40''80~41''19	24	54''40~54''79
91	27''50~27''99	57	41''20~41''59	23	54''80~55''19
90	28''00~28''39	56	41''60~41''99	22	55''20~55''59
89	28''40~28''79	55	42''00~42''39	21	55''60~55''99
88	28''80~29''19	54	42''40~42''79	20	56''00~56''39
87	29''20~29''59	53	42''80~43''19	19	56''40~56''79
86	29''60~29''99	52	43''20~43''59	18	56''80~57''19
85	30''00~30''39	51	43''60~43''99	17	57''20~57''59
84	30''40~30''79	50	44''00~44''39	16	57''60~57''99
83	30''80~31''19	49	44''40~44''79	15	58''00~58''39
82	31''20~31''59	48	44''80~45''19	14	58''40~58''79
81	31''60~31''99	47	45''20~45''59	13	58''80~59''19
80	32''00~32''39	46	45''60~45''99	12	59''20~59''59
79	32''40~32''79	45	46''00~46''39	11	59''60~59''99
78	32''80~33''19	44	46''40~46''79	10	1'00''00~1'00''39
77	33''20~33''59	43	46''80~47''19	9	1'00''40~1'00''79
76	33''60~33''99	42	47''20~47''59	8	1'00''80~1'01''19
75	34''00~34''39	41	47''60~47''99	7	1'01''20~1'01''59
74	34''40~34''79	40	48''00~48''39	6	1'01''60~1'01''99
73	34''80~35''19	39	48''40~48''79	5	1'02''00~1'02''39
72	35''20~35''59	38	48''80~49''19	4	1'02''40~1'02''79
71	35''60~35''99	37	49''20~49''59	3	1'02''80~1'03''19
70	36''00~36''39	36	49''60~49''99	2	1'03''20~1'03''59
69	36''40~36''79	35	50''00~50''39	1	1'03''60~1'03''99
68	36''80~37''19	34	50''40~50''79	0	1'04''00
67	37''20~37''59	33	50''80~51''19	—	—

一分钟跳绳分值表（男、女）

分值	成绩（次）	分值	成绩（次）	分值	成绩（次）
100	182	66	125	32	71~70
99	181~178	65	124	31	69
98	177~175	64	123~122	30	68
97	174~173	63	121~120	29	67~66
96	172~171	62	119~118	28	65~64
95	170	61	117	27	63~62
94	169~166	60	116	26	61
93	165~163	59	115~114	25	60
92	162~161	58	113~112	24	59~58
91	160~159	57	111~110	23	57~56
90	158	56	109	22	55~54
89	157~156	55	108	21	53
88	155	54	107~106	20	52
87	154	53	105~104	19	51~50
86	153	52	103~102	18	49~48
85	152	51	101	17	47~46
84	151~150	50	100	16	45
83	149~148	49	99~98	15	44
82	147	48	97~96	14	43~42
81	146	47	95~94	13	41~40
80	145	46	93	12	39~38
79	144~143	45	92	11	37
78	142~141	44	91~90	10	36
77	140	43	89~88	9	35~34
76	139	42	87~86	8	33~32
75	138	41	85	7	31~30
74	137~136	40	84	6	29
73	135	39	83~82	5	28
72	134	38	81~80	4	27~26
71	133	37	79~78	3	25~24
70	132	36	77	2	23~22
69	131~130	35	76	1	21
68	129~128	34	75~74	0	20
67	127~126	33	73~72	—	—

100 米游泳（男）

分值	成绩（分秒）	分值	成绩（分秒）	分值	成绩（分秒）
100	1'48"	66	2'56"~2'57"	32	4'04"~4'05"
99	1'49"~1'51"	65	2'58"~2'59"	31	4'06"~4'07"
98	1'52"~1'53"	64	3'00"~3'01"	30	4'08"~4'09"
97	1'54"~1'55"	63	3'02"~3'03"	29	4'10"~4'11"
96	1'56"~1'57"	62	3'04"~3'05"	28	4'12"~4'13"
95	1'58"~1'59"	61	3'06"~3'07"	27	4'14"~4'15"
94	2'00"~2'01"	60	3'08"~3'09"	26	4'16"~4'17"
93	2'02"~2'03"	59	3'10"~3'11"	25	4'18"~4'19"
92	2'04"~2'05"	58	3'12"~3'13"	24	4'20"~4'21"
91	2'06"~2'07"	57	3'14"~3'15"	23	4'22"~4'23"
90	2'08"~2'09"	56	3'16"~3'17"	22	4'24"~4'25"
89	2'10"~2'11"	55	3'18"~3'19"	21	4'26"~4'27"
88	2'12"~2'13"	54	3'20"~3'21"	20	4'28"~4'29"
87	2'14"~2'15"	53	3'22"~3'23"	19	4'30"~4'31"
86	2'16"~2'17"	52	3'24"~3'25"	18	4'32"~4'33"
85	2'18"~2'19"	51	3'26"~3'27"	17	4'34"~4'35"
84	2'20"~2'21"	50	3'28"~3'29"	16	4'36"~4'37"
83	2'22"~2'23"	49	3'30"~3'31"	15	4'38"~4'39"
82	2'24"~2'25"	48	3'32"~3'33"	14	4'40"~4'41"
81	2'26"~2'27"	47	3'34"~3'35"	13	4'42"~4'43"
80	2'28"~2'29"	46	3'36"~3'37"	12	4'44"~4'45"
79	2'30"~2'31"	45	3'38"~3'39"	11	4'46"~4'47"
78	2'32"~2'33"	44	3'40"~3'41"	10	4'48"~4'49"
77	2'34"~2'35"	43	3'42"~3'43"	9	4'50"~4'51"
76	2'36"~2'37"	42	3'44"~3'45"	8	4'52"~4'53"
75	2'38"~2'39"	41	3'46"~3'47"	7	4'54"~4'55"
74	2'40"~2'41"	40	3'48"~3'49"	6	4'56"~4'57"
73	2'42"~2'43"	39	3'50"~3'51"	5	4'58"~4'59"
72	2'44"~2'45"	38	3'52"~3'53"	4	5'00"~5'01"
71	2'46"~2'47"	37	3'54"~3'55"	3	5'02"~5'03"
70	2'48"~2'49"	36	3'56"~3'57"	2	5'04"~5'05"
69	2'50"~2'51"	35	3'58"~3'59"	1	5'06"~5'07"
68	2'52"~2'53"	34	4'00"~4'01"	0	5'08"
67	2'54"~2'55"	33	4'02"~4'03"	—	—

100 米游泳（女）

分值	成绩（分秒）	分值	成绩（分秒）	分值	成绩（分秒）
100	1'55"	66	3'03"~3'04"	32	4'11"~4'12"
99	1'56"~1'58"	65	3'05"~3'06"	31	4'13"~4'14"
98	1'59"~2'00"	64	3'07"~3'08"	30	4'15"~4'16"
97	2'01"~2'02"	63	3'09"~3'10"	29	4'17"~4'18"
96	2'03"~2'04"	62	3'11"~3'12"	28	4'19"~4'20"
95	2'05"~2'06"	61	3'13"~3'14"	27	4'21"~4'22"
94	2'07"~2'08"	60	3'15"~3'16"	26	4'23"~4'24"
93	2'09"~2'10"	59	3'17"~3'18"	25	4'25"~4'26"
92	2'11"~2'12"	58	3'19"~3'20"	24	4'27"~4'28"
91	2'13"~2'14"	57	3'21"~3'22"	23	4'29"~4'30"
90	2'15"~2'16"	56	3'23"~3'24"	22	4'31"~4'32"
89	2'17"~2'18"	55	3'25"~3'26"	21	4'33"~4'34"
88	2'19"~2'20"	54	3'27"~3'28"	20	4'35"~4'36"
87	2'21"~2'22"	53	3'29"~3'30"	19	4'37"~4'38"
86	2'23"~2'24"	52	3'31"~3'32"	18	4'39"~4'40"
85	2'25"~2'26"	51	3'33"~3'34"	17	4'41"~4'42"
84	2'27"~2'28"	50	3'35"~3'36"	16	4'43"~4'44"
83	2'29"~2'30"	49	3'37"~3'38"	15	4'45"~4'46"
82	2'31"~2'32"	48	3'39"~3'40"	14	4'47"~4'48"
81	2'33"~2'34"	47	3'41"~3'42"	13	4'49"~4'50"
80	2'35"~2'36"	46	3'43"~3'44"	12	4'51"~4'52"
79	2'37"~2'38"	45	3'45"~3'46"	11	4'53"~4'54"
78	2'39"~2'40"	44	3'47"~3'48"	10	4'55"~4'56"
77	2'41"~2'42"	43	3'49"~3'50"	9	4'57"~4'58"
76	2'43"~2'44"	42	3'51"~3'52"	8	4'59"~5'00"
75	2'45"~2'46"	41	3'53"~3'54"	7	5'01"~5'02"
74	2'47"~2'48"	40	3'55"~3'56"	6	5'03"~5'04"
73	2'49"~2'50"	39	3'57"~3'58"	5	5'05"~5'06"
72	2'51"~2'52"	38	3'59"~4'00"	4	5'07"~5'08"
71	2'53"~2'54"	37	4'01"~4'02"	3	5'09"~5'10"
70	2'55"~2'56"	36	4'03"~4'04"	2	5'11"~5'12"
69	2'57"~2'58"	35	4'05"~4'06"	1	5'13"~5'14"
68	2'59"~3'00"	34	4'07"~4'08"	0	5'15"
67	3'01"~3'02"	33	4'09"~4'10"	—	—

附件 6

惠州市初中学业水平考试体育考试择考标准

1、营养不良〔计算公式：体重（公斤）/身高²（米²）〕：

≤15.2—14.6 为 I 度；≤14.5 为 II 度。

2、肥胖〔计算公式：体重（公斤）/身高²（米²）〕：

≥26.5 度—29.9 为 I 度；≥30 为 II 度。

3、严重脊柱弯曲：

偏离中心线 2.5 厘米—3.4 厘米为 I 度；3.5 厘米以上为 II 度。

4、O 型腿：

两膝之间距离 10 厘米—19 厘米为 I 度；20 厘米以上为 II 度。

5、X 型腿：

两脚之间距离 10 厘米—19 厘米为 I 度；20 厘米以上为 II 度。

[注]：申请免考或择考的考生条件

1、身体异常必须达到 II 度，方可申请择考。

2、凭县（区）级以上医院证明，证明必须写明异常的具体数值，标明异常程度。

3、本人提出申请，由所在学校审核公示，报县（区）、市教育考试部门审核同意后，可免考或择考。