**附件一：《国家学生体质健康标准》关于男生引体向上和女生仰卧单项评分表**

**（一）正常评分**

**表一：男生一分钟仰卧起坐、引体向上单项评分表**

**（单位：次）**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **等级** | **单项****得分** | **大一****大二** | **大三****大四** |
| **优秀** | **100** | 19 | 20 |
| **95** | 18 | 19 |
| **90** | 17 | 18 |
| **良好** | **85** | 16 | 17 |
| **80** | 15 | 16 |
| **及格** | **78** |  |  |
| **76** | 14 | 15 |
| **74** |  |  |
| **72** | 13 | 14 |
| **70** |  |  |
| **68** | 12 | 13 |
| **66** |  |  |
| **64** | 11 | 12 |
| **62** |  |  |
| **60** | 10 | 11 |
| **不及格** | **50** | 9 | 10 |
| **40** | 8 | 9 |
| **30** | 7 | 8 |
| **20** | 6 | 7 |
| **10** | 5 | 6 |

**表二：女生一分钟仰卧起坐单项评分表（单位：次）**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **等级** | **单项****得分** | **大一****大二** | **大三****大四** |
| **优秀** | **100** | 56 | 57 |
| **95** | 54 | 55 |
| **90** | 52 | 53 |
| **良好** | **85** | 49 | 50 |
| **80** | 46 | 47 |
| **及格** | **78** | 44 | 45 |
| **76** | 42 | 43 |
| **74** | 40 | 41 |
| **72** | 38 | 39 |
| **70** | 36 | 37 |
| **68** | 34 | 35 |
| **66** | 32 | 33 |
| **64** | 30 | 31 |
| **62** | 28 | 29 |
| **60** | 26 | 27 |
| **不及格** | **50** | 24 | 25 |
| **40** | 22 | 23 |
| **30** | 20 | 21 |
| **20** | 18 | 19 |
| **10** | 16 | 17 |

（二）超过100分的加分指标

**表三： 男生引体向上评分表（单位：次）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **加分** | **大一大二** | **大三大四** |
| **10** | 10 | 10 |
| **9** | 9 | 9 |
| **8** | 8 | 8 |
| **7** | 7 | 7 |
| **6** | 6 | 6 |
| **5** | 5 | 5 |
| **4** | 4 | 4 |
| **3** | 3 | 3 |
| **2** | 2 | 2 |
| **1** | 1 | 1 |

**表四：女生一分钟仰卧起坐评分表（单位：次）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **加分** | **大一大二** | **大三大四** |
| **10** | 13 | 13 |
| **9** | 12 | 12 |
| **8** | 11 | 11 |
| **7** | 10 | 10 |
| **6** | 9 | 9 |
| **5** | 8 | 8 |
| **4** | 7 | 7 |
| **3** | 6 | 6 |
| **2** | 4 | 4 |
| **1** | 2 | 2 |

注:1、引体向上、一分钟仰卧起坐均为高优指标。《国家学生体质健康标准》规定：学生成绩超过单项评分100分后，以超过的次数所对应的分数进行加分，各单项加分最分为10分。

2、本次黄山学院“向上吧，黄山学院”男生引体向上1分钟计数个人赛和女生1分钟仰卧起坐个人赛以1分钟为限，计数不设封顶指标。