

六、成绩查询与证书颁发：

(1) **成绩查询：**学生可手机端下载“步道乐跑” APP，按步骤注册登陆后即可查看本人体质测试成绩。

(2) **证书颁发：**实施江苏省普通高校体质健康标准等级证书制度(附件4)，按照学生毕业年度《标准》测试成绩，分为“合格”和“优秀”等级。毕业年度学生体质健康标准测试成绩达到60.0-89.9分者，颁发合格等级证书；测试成绩达到90.0分及以上者，颁发优秀等级证书。免于毕业年度体质健康标准测试者，不颁发等级证书。等级证书由校长签发，2020年6月底前完成颁发工作。

七、《国家体质健康标准 2014 修订版》简介

学生体质健康网 <http://www.csh.edu.cn/wtzx/index.html>

(1) **标准的评分：**《标准》的学年总分为120分，由标准分与附加分之和构成。标准分100分，由各单项指标得分与权重乘积之和组成。附加分20分，根据实测成绩确定，即对成绩超过100分的加分指标进行加分；大学的加分指标为男生引体向上和1000米跑，女生1分钟仰卧起坐和800米跑，各指标加分幅度均为10分。

(2) 单项指标与权重（大学部分）

测试对象	单项指标	权重
大学各年级	体重指数 (BMI)	15
	肺活量	15
	50 米跑	20
	坐位体前屈	10
	立定跳远	10
	引体向上 (男) / 1 分钟仰卧起坐 (女)	10
	1000 米跑 (男) / 800 米跑 (女)	20

(3) 标准的单项指标评分明细

表1 大学生体重指数 (BMI) 单项评分表 (单位: 千克/米²)

等级	单项得分	大学女生	大学男生
正常	100	17.2~23.9	17.9~23.9
低体重	80	≤17.1	≤17.8
超重		24.0~27.9	24.0~27.9
肥胖	60	≥28.0	≥28.0

BMI (体质指数) = 体重(单位 Kg) ÷ 身高的平方 (单位 m)

等级	单项得分	肺活量		50米		坐位体前屈		立定跳远		一分钟仰卧起坐		800米跑	
		大一 大二	大三 大四	大一 大二	大三 大四	大一 大二	大三 大四	大一 大二	大三 大四	大一 大二	大三 大四	大一 大二	大三 大四
优秀	100	3400	3450	7.5	7.4	25.8	26.3	207	208	56	57	56	57
	95	3350	3400	7.6	7.5	24	24.4	201	202	54	55	54	55
	90	3300	3350	7.7	7.6	22.2	22.4	195	196	52	53	52	53
良好	85	3150	3200	8	7.9	20.6	21	188	189	49	50	49	50
	80	3000	3050	8.3	8.2	19	19.5	181	182	46	47	46	47
及格	78	2900	2950	8.5	8.4	17.7	18.2	178	179	44	45	44	45
	76	2800	2850	8.7	8.6	16.4	16.9	175	176	42	43	42	43
	74	2700	2750	8.9	8.8	15.1	15.6	172	173	40	41	40	41
	72	2600	2650	9.1	9	13.8	14.3	169	170	38	39	38	39
	70	2500	2550	9.3	9.2	12.5	13	166	167	36	37	36	37
	68	2400	2450	9.5	9.4	11.2	11.7	163	164	34	35	34	35
	66	2300	2350	9.7	9.6	9.9	10.4	160	161	32	33	32	33
	64	2200	2250	9.9	9.8	8.6	9.1	157	158	30	31	30	31
	62	2100	2150	10.1	10	7.3	7.8	154	155	28	29	28	29
	60	2000	2050	10.3	10.2	6	6.5	151	152	26	27	26	27
不及格	50	1960	2010	10.5	10.4	5.2	5.7	146	147	24	25	24	25
	40	1920	1970	10.7	10.6	4.4	4.9	141	142	22	23	22	23
	30	1880	1930	10.9	10.8	3.6	4.1	136	137	20	21	20	21
	20	1840	1890	11.1	11	2.8	3.3	131	132	18	19	18	19
	10	1800	1850	11.3	11.2	2	2.5	126	127	16	17	16	17

等级	单项得分	肺活量		50米		坐位体前屈		立定跳远		引体向上		1000米跑	
		大一 大二	大三 大四	大一 大二	大三 大四	大一 大二	大三 大四	大一 大二	大三 大四	大一 大二	大三 大四	大一 大二	大三 大四
优秀	100	5040	5140	6.7	6.6	24.9	25.1	273	275	19	20	3'17"	3'15"
	95	4920	5020	6.8	6.7	23.1	23.3	268	270	18	19	3'22"	3'20"
	90	4800	4900	6.9	6.8	21.3	21.5	263	265	17	18	3'27"	3'25"
良好	85	4550	4650	7	6.9	19.5	19.9	256	258	16	17	3'34"	3'32"
	80	4300	4400	7.1	7	17.7	18.2	248	250	15	16	3'42"	3'40"
及格	78	4180	4280	7.3	7.2	16.3	16.8	244	246			3'47"	3'45"
	76	4060	4160	7.5	7.4	14.9	15.4	240	242	14	15	3'52"	3'50"
	74	3940	4040	7.7	7.6	13.5	14	236	238			3'57"	3'55"
	72	3820	3920	7.9	7.8	12.1	12.6	232	234	13	14	4'02"	4'00"
	70	3700	3800	8.1	8	10.7	11.2	228	230			4'07"	4'05"
	68	3580	3680	8.3	8.2	9.3	9.8	224	226	12	13	4'12"	4'10"
	66	3460	3560	8.5	8.4	7.9	8.4	220	222			4'17"	4'15"
	64	3340	3440	8.7	8.6	6.5	7	216	218	11	12	4'22"	4'20"
	62	3220	3320	8.9	8.8	5.1	5.6	212	214			4'27"	4'25"
	60	3100	3200	9.1	9	3.7	4.2	208	210	10	11	4'32"	4'30"
不及格	50	2940	3030	9.3	9.2	2.7	3.2	203	205	9	10	4'52"	4'50"
	40	2780	2860	9.5	9.4	1.7	2.2	198	200	8	9	5'12"	5'10"
	30	2620	2690	9.7	9.6	0.7	1.2	193	195	7	8	5'32"	5'30"
	20	2460	2520	9.9	9.8	-0.3	0.2	188	190	6	7	5'52"	5'50"
	10	2300	2350	10.1	10	-1.3	-0.8	183	185	5	6	6'12"	6'10"

加分	男生引体向上		1000米跑		女生1分钟仰卧起坐		800米跑	
	大一大二	大三大四	大一大二	大三大四	大一大二	大三大四	大一大二	大三大四
10	10	10	-35"	-35"	13	13	-50"	-50"
9	9	9	-32"	-32"	12	12	-45"	-45"
8	8	8	-29"	-29"	11	11	-40"	-40"
7	7	7	-26"	-26"	10	10	-35"	-35"
6	6	6	-23"	-23"	9	9	-30"	-30"
5	5	5	-20"	-20"	8	8	-25"	-25"
4	4	4	-16"	-16"	7	7	-20"	-20"
3	3	3	-12"	-12"	6	6	-15"	-15"
2	2	2	-8"	-8"	4	4	-10"	-10"
1	1	1	-4"	-4"	2	2	-5"	-5"

未尽事宜，另行通知！

体育教育部学生体质健康测试工作组

2019年11月20日