体能测试项目及达标标准

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ****序号**** | ****内   容**** | ****标  准（男性）**** |
| 1 | 俯卧撑  （次/3分钟） | 50 |
| 2 | 仰卧起坐  （次/3分钟） | 50 |
| 3 | 1500米跑 | 7′ |
| 4 | 100米跑 | 15" |
| 5 | 立定跳远  （米） | 2.3 |
| 7 | 单杠引体向上（次） | 8 |
| 8 | 双杠臂屈伸  （次） | 8 |