

学生体质健康标准简化版（普通高校）

男 生									
等次	年 级	单 项 得 分	50m	1000m	引 体 向 上	立 定 跳 远	坐 位 体 前 屈	肺 活 量	身 高 体 重
优 秀	大一、二	100	6.7	3'17"	19	273	24.9	5040	17.9~23.9 正常
	大三、四	100	6.6	3'15"	20	275	25.1	5140	
	大一、二	90	6.9	3'27"	17	263	21.3	4800	
	大三、四	90	6.8	3'25"	18	265	21.5	4900	
良 好	大一、二	80	7.1	3'42"	15	248	17.7	4300	24.0~27.9 超重 ≤17.8 低体重
	大三、四	80	7.0	3'40"	16	250	18.2	4400	
及 格	大一、二	60	9.1	4'32"	10	208	3.7	3100	≥28.0 肥胖
	大三、四	60	9.2	4'30"	11	210	4.2	3200	

女 生									
等次	年 级	单 项 得 分	50m	800m	1 分 钟 仰 卧 起 坐	立 定 跳 远	坐 位 体 前 屈	肺 活 量	身 高 体 重
优 秀	大一、二	100	7.5	3'18"	56	207	25.8	3400	17.2~23.9 正常
	大三、四	100	7.4	3'16"	57	208	26.3	3450	
	大一、二	90	7.7	3'30"	52	195	22.2	3300	
	大三、四	90	7.6	3'28"	53	196	22.4	3350	
良 好	大一、二	80	8.3	3'44"	46	181	19.0	3000	24.0~27.9 超重 ≤17.1 低体重
	大三、四	80	8.2	3'42"	47	182	19.5	3050	
及 格	大一、二	60	10.3	4'34"	26	151	6.0	2000	≥28.0 肥胖
	大三、四	60	10.2	4'32"	27	152	6.5	2050	

注：体重指数（BMI）=体重（千克）/身高²（米²）。