测评标准如下表：

|  |  |
| --- | --- |
|   项目 | 标准 |
|   男子 | 女子 |
|   纵跳摸高 | ≥265厘米 | ≥230厘米 |
| 10米×4往返跑 | ≤13″4 | ≤14″4 |
| 1000米跑（女800米跑） | ≤4′45″ | ≤4′40″ |