**附件：**

公安机关人民警察体育锻炼标准评分表

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 项  目分  值 | **男子青年一组（25岁以下）** | **男子青年二组（26岁至30岁）** |
| 1000米跑 | |
| （分′秒） | （分′秒） |
| 100 | 3′26″ | 3′35″ |
| 95 | 3′28″ | 3′40″ |
| 90 | 3′30″ | 3′45″ |
| 85 | 3′32″ | 3′50″ |
| 80 | 3′35″ | 3′55″ |
| 75 | 3′40″ | 4′00″ |
| 70 | 3′45″ | 4′05″ |
| 65 | 3′50″ | 4′10″ |
| 60 | 3′55″ | 4′15″ |
| 55 | 4′00″ | 4′20″ |
| 50 | 4′05″ | 4′25″ |
| 45 | 4′10″ | 4′30″ |
| 40 | 4′15″ | 4′35″ |
| 35 | 4′20″ | 4′40″ |
| 30 | 4′25″ | 4′45″ |
| 25 | 4′30″ | 4′50″ |
| 20 | 4′35″ | 4′55″ |
| 15 | 4′40″ | 5′00″ |
| 10 | 4′45″ | 5′05″ |
| 5 | 4′50″ | 5′10″ |