复旦大学强基计划体质测试方案

**一、测试和评分说明**

（一）本次体质测试总分由标准分与附加分之和构成。标准分由各单项指标得分与权重乘积之和组成，满分为100分。附加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，满分为10分；加分指标为男生引体向上，女生1分钟仰卧起坐。

（二）考生因病或残疾向学校申请免予执行体质测试的，须填写《复旦大学强基计划体质测试免测申请表》，并提交三级甲等医院证明，经复旦大学本科生招生办公室、体育教学部核准，可免予执行测试，体质测试成绩计0分；不设缓测、补测。

（三）考生不可无故缺席体质测试，否则取消笔试、面试成绩。

（四）凡参加强基计划校测复试的考生，须购买测试期间的个人“人身意外伤害保险”。

**二、测试项目单项指标与权重**

|  |  |
| --- | --- |
| **单项指标** | **权重（%）** |
| 体重指数（BMI） | 25 |
| 50米跑 | 30 |
| 坐位体前屈 | 15 |
| 立定跳远 | 15 |
| 引体向上（男）/1分钟仰卧起坐（女） | 15 |

注：体重指数（BMI）=体重（千克）/身高2（米2）。

**三、评分表**

**（一）单项指标评分表**

1.体重指数（BMI）单项评分表（单位：千克/米2）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **单项得分** | **100** | **80** | **60** |
| 男生测试结果 | 17.3~23.8 | ≤17.2 | 23.9~27.3 | ≥27.4 |
| 女生测试结果 | 17.1~23.3 | ≤17.0 | 23.4~25.7 | ≥25.8 |

2.50米跑单项评分表（单位：秒）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **单项得分** | **100** | **95** | **90** | **85** | **80** | **78** | **76** | **74** | **72** | **70** |
| 男生测试结果 | 6.8 | 6.9 | 7 | 7.1 | 7.2 | 7.4 | 7.6 | 7.8 | 8 | 8.2 |
| 女生测试结果 | 7.6 | 7.7 | 7.8 | 8.1 | 8.4 | 8.6 | 8.8 | 9 | 9.2 | 9.4 |
| **单项得分** | **68** | **66** | **64** | **62** | **60** | **50** | **40** | **30** | **20** | **10** |
| 男生测试结果 | 8.4 | 8.6 | 8.8 | 9 | 9.2 | 9.4 | 9.6 | 9.8 | 10 | 10.2 |
| 女生测试结果 | 9.6 | 9.8 | 10 | 10.2 | 10.4 | 10.6 | 10.8 | 11 | 11.2 | 11.4 |

3.坐位体前屈单项评分表（单位：厘米）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **单项得分** | **100** | **95** | **90** | **85** | **80** | **78** | **76** | **74** | **72** | **70** |
| 男生测试结果 | 24.6 | 22.8 | 21 | 19.1 | 17.2 | 15.8 | 14.4 | 13 | 11.6 | 10.2 |
| 女生测试结果 | 25.3 | 23.6 | 21.9 | 20.2 | 18.5 | 17.2 | 15.9 | 14.6 | 13.3 | 12 |
| **单项得分** | **68** | **66** | **64** | **62** | **60** | **50** | **40** | **30** | **20** | **10** |
| 男生测试结果 | 8.8 | 7.4 | 6 | 4.6 | 3.2 | 2.2 | 1.2 | 0.2 | -0.8 | -1.8 |
| 女生测试结果 | 10.7 | 9.4 | 8.1 | 6.8 | 5.5 | 4.7 | 3.9 | 3.1 | 2.3 | 1.5 |

4.立定跳远单项评分表（单位：厘米）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **单项得分** | **100** | **95** | **90** | **85** | **80** | **78** | **76** | **74** | **72** | **70** |
| 男生测试结果 | 270 | 265 | 260 | 253 | 245 | 241 | 237 | 233 | 229 | 225 |
| 女生测试结果 | 206 | 200 | 194 | 187 | 180 | 177 | 174 | 171 | 168 | 165 |
| **单项得分** | **68** | **66** | **64** | **62** | **60** | **50** | **40** | **30** | **20** | **10** |
| 男生测试结果 | 221 | 217 | 213 | 209 | 205 | 200 | 195 | 190 | 185 | 180 |
| 女生测试结果 | 162 | 159 | 156 | 153 | 150 | 145 | 140 | 135 | 130 | 125 |

5.男生引体向上单项评分表（单位：次）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **单项得分** | **100** | **95** | **90** | **85** | **80** | **76** | **72** | **68** |
| 男生测试结果 | 18 | 17 | 16 | 15 | 14 | 13 | 12 | 11 |
| **单项得分** | **64** | **60** | **50** | **40** | **30** | **20** | **10** | 　 |
| 男生测试结果 | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 　 |

6.女生一分钟仰卧起坐单项评分表（单位：次）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **单项得分** | **100** | **95** | **90** | **85** | **80** | **78** | **76** | **74** | **72** | **70** |
| 女生测试结果 | 55 | 53 | 51 | 48 | 45 | 43 | 41 | 39 | 37 | 35 |
| **单项得分** | **68** | **66** | **64** | **62** | **60** | **50** | **40** | **30** | **20** | **10** |
| 女生测试结果 | 33 | 31 | 29 | 27 | 25 | 23 | 21 | 19 | 17 | 15 |

**（二）加分指标评分表**

1.男生引体向上评分表（单位：次）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **加分** | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 男生测试结果 | 28 | 27 | 26 | 25 | 24 | 23 | 22 | 21 | 20 | 19 |

2.女生一分钟仰卧起坐评分表（单位：次）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **加分** | **10** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| 女生测试结果 | 68 | 67 | 66 | 65 | 64 | 63 | 62 | 61 | 59 | 57 |

**附件：复旦大学强基计划体质测试免测申请表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **姓 名** |  | **性别** |  | **联系电话** |  |
| **身份证号** |  | **报 名 号** |  |
| **申****请****原****因** |  申请人签名： 家长签名： 年 月 日 |
| **复旦大学体育教学部意见** | 签章： 年 月 日 |
| **复旦大学本科生招生办公室意见** | 签章： 年 月 日 |

注：申请人需另附页提交三级甲等医院证明