|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **等级** | **得分** | **引体向上（次）** |
| 优秀 | 100 | 15（国家体测良好线） |
| 95 | 14 |
| 90 | 13 |
| 85 | 12 |
| 良好 | 80 | 11（国家体测大三、四及格线） |
| 77 | 10 |
| 74 | 9 |
| 71 | 8（2015年浙江省平均水平） |
| 68 | 7 |
| 65 | 6（2016年浙江省平均水平） |
| 及格 | 60 | 5（目标激励制） |
|  | 50 | 4 |
| 35 | 3（上学期我课上学生的平均水平） |
| 20 | 2 |
| 10 | 1 |

**中国计量大学体育课程引体向上素质测试标准**

注：动作基本要求：1.正手握杠，双手垂直，静止启动

 2.双手下放肘关节（尺骨和肱骨）弯曲角度≧135度，不可晃动

**2017年11月27日**

**标准制定依据;**

1.2016年浙江省体测抽测成绩，省平均成绩40.85（9次）、我校27.68（6次）；实际统计我的课上成绩男生平均成绩为3次，所以，完成3次为跳跃分（递增15），将5个为及格60，采取目标激励法。

2.将体测11个及格60分定为良好80分，如此整体体育课成绩男女生较为均衡，因女生仰卧起坐平均成绩75，尤其是体育与生存课程，体育成绩男女相对公平。