

2026年上海市行知中学招收市级优秀体育 学生资格确认工作方案

学校简介

上海市行知中学，地处上海北翼的长江之滨，是市教委命名的首批上海市实验性示范性高中，由伟大的人民教育家陶行知先生于1939年在抗日的烽火硝烟中创建。80多年来，承育才薪火传真谛，悟行知初心拓新境，秉承老校长陶行知先生“千教万教教人求真，千学万学学做真人”的校训，坚持“行知合一，明理创造”的办学理念，孜孜以求，卓育英才。学校现已发展成为一所教学师资、设施、教学水平一流的上海市实验性示范性高中。

陶行知说：“生活是教育的中心，健康是生活的出发点，也是教育的出发点”。学校秉承严谨、创新、发展的办学传统，积极实施素质教育，推进学生的全面发展，努力把学生塑造成为具有人文精神、科学素养、健全人格、强壮体魄的合格人才。

上海市行知中学择优录取初三优秀体育学生进入行知中学就读，运动员训练全部集中在行知中学，家住较远者可以住宿，晚自修有老师值班进行管理，运动员学习训练两不误。学校体育训练设施设备齐全，拥有天然草坪400米标准田径场、一座综合室内运动场馆，包括标准室内25米泳池一个，幼儿泳池一个，身训健身房一个等，设施设备对所有运动员开放。2025年的优秀体育学生招生工作即将开始，上海市行知中学游泳队，欢迎广大热爱运动、专项技能突出、身体素质较好、有培养前途的青少年加入。

一、招生项目

游泳

二、招生计划

人数：1人

三、报名条件

具有2026年本市高中阶段学校招生报名资格，或全日制普通中等职业学校自主招生本市初中应届毕业生中来沪人员随迁子女报名资格，已获得国家一级运动员（含）以上技术等级称号（以“国家体育总局运动员技术等级系统”公式的数据为准），并完成报名且具备以下条件之一的学生，可填写《2026年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生资格确认报名表》（以下简称《报名表》，见附件1），并经毕业学校公示5个工作日。

（一）自2023年9月1日起获得市教育、体育行政部门认可，并与招生学校项目对口的市级及以上体育比赛个人项目前5名的学生，接力成绩不能作为个人成绩进行报名。（《2026年上海市市级优秀体育学生市级体育赛事认定目录》，见表1）

（二）自2023年9月1日起获得本市由各区教育、体育行政部门举办并与招生学校项目对口的区级体育比赛个人项目第1名的学生，接力成绩不能作为个人成绩进行报名。（须在网上填写《2026年上海市高中阶段学校市级优秀学生区级体育赛事认定表》，并经毕业学校报区教育、体育行政部门同意）。

表 1

2026 年上海市市级优秀体育学生市级
体育赛事认定目录

游泳	上海市中小学生游泳锦标赛（初中组）
	2024 上海市学生运动会游泳比赛（中小学组）
	上海市青少年游泳锦标赛 上海市青少年体育精英系列赛游泳比赛第二站（2024 年）
	上海市青少年体育精英系列赛游泳比赛第二站 暨上海市青少年游泳冠军赛（2025 年）

四、报名办法

（一）学生报名入口：<https://tiyuyitiaolong.secsa.cn/student>

（二）符合报名条件学生可在线填写《2026 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生资格确认报名表》（以下简称《报名表》）报名。报名学生名单须在毕业学校（确认盖章）集中公示 5 个工作日。

（三）通过公示的学生须将《报名表》一式六份，初中公示证明及相关成绩证明材料（奖状、证书及成绩册与秩序册原件等），审核截止日期 4 月 7 日（星期二）。

（四）审核通过后，系统自动向学生发送现场评价通知，不通过的我校将电话通知修改材料。

五、录取办法

（一）现场专业技能评价

1. 将于 2026 年 4 月 12 日（星期日）8:30 对符合报名条件的学生组织现场专业技能评价，原则上按招生规模的 2 倍择优通过（专具有否决权，如超过半数专家否决，即使人数少于招生规模 2 倍也不予通过）。现场专业技能评价实施全程录像，专业技能与所获得赛事成绩明显不符的一律不予通过。

2. 我校将通过专业技能评价的学生名单于行知中学校园官网及校园公告栏公示 5 个工作日，2026 年 4 月 14 日（星期二）至 4 月 20 日（星期一）。

（二）志愿填报

通过优秀体育学生相关技能评价且拟报考高中学校的本市生源学生，可于初中学业水平考试（以下简称“学业考试”）结束后，按获得资格确认的学校及项目填报不超过 2 个体育类高中自主招生志愿。

（三）录取工作

市级优秀体育学生自主招生录取工作在学业考试后按自主招生统一要求进行。若中考文化成绩和体育成绩均符合要求，则按体育成绩从高到低择优录取，已签约预录取的优秀体育学生不得要求更改或放弃预录取。优秀体育学生学业考试总成绩（含政策性照顾分，下同）须达到当年度本市自主招生最低投档控制分数线方可被正式录取。

六、组织领导

（一）优秀体育学生招生领导小组

组 长：沈伟

副组长：闫白洋

组 员：张盛 马骏 徐悠悠

（二）优秀体育学生招生工作小组

组 长：闫白洋

副组长：张盛 马骏 查泉涛

组 员：温志丹 颜晓莺 童秋芳 陈磊 叶剑 吴佩里 张佳御

（三）资格确认评审工作专家小组

专家组共 5 名，1 名市级专家（由市级专家库随机抽取并委派），2 名学校选用的校外专家，2 名校内专家。

七、现场测试和组织与要求

（一）测试时间与地点

1. 时间：4 月 12 日上午 8：00

2. 地点：行知中学游泳馆（宝杨路 55 号）

（二）测试项目与要求

1. 对符合报名条件的学生组织现场专业技能评价，测试项目为两项，一项为 100 米主项（测试项目与递交奖状小项一致），另一项为 200 米混合泳。

2. 报到要求

带好本人电子学生证件、携带《报名表》、《认定表》、7 张中考照片、比赛秩序册、成绩册原件和复印件各一份、于 2026 年 4 月 12 日 8 点在行知中学游泳馆进行报到（检录）

3. 测试分组

（1）现场专业技能评价（根据报名项目的数量和各项目人数统计，按照项目以每组 5 人次进行分组排道）

（2）专项素质测试组（根据测试总人数，对 4 个测试项目进行

分组测试)

4. 测试顺序及开始时间

(1) 进场

8:30-8:35

(2) 准备活动

8:35-9:25

(3) 现场专业技能评价

9:30-10:00

(4) 专项素质测试与定性评价

10:15-10:45

(注：为预防运动损伤，学生热身活动时间不得少于 20 分钟。)

5. 测试场地布置

根据行知中学游泳馆的场地设施，划分专项素质测试区（游泳馆 3 楼）和实战测试区（25 米泳道）。

6. 测试人员及分工

(1) 专家及分工：由区教育局、区体育局选派专家对考生进行相关实战测试及专项测试。

(2) 工作人员及分工：由上海市行知中学招生工作小组负责测试的计时和统计工作，由上海市行知中学负责全程视频录制。

7. 测试用具准备：仰卧起坐垫子、短绳、秒表若干。AED、氧气袋、救生器械

8. 安保人员配备：救生员 4 名、保安 1 人、保洁 1 人、医生 1 人

9. 其他要求

(1) 考生着装要求：陆上测试，穿运动服；水上测试，男：三角泳裤或快速泳裤，女：三角泳衣或快速泳衣。

注：快速泳装不得过膝，且必须带有国际泳联 FINA 标志（具体要求详见实战中的泳装要求）。

(2) 考区卫生要求：场地宽敞、明亮、干净、地面防滑，无易造成伤害事故的坚硬物体。

(3) 携带手机要求：不得携带手机进入考场。

(4) 录像监控要求：整个评测过程须全程录像。

(5) 场地封闭要求：与测试无关人员一律不得入内。

(6) 出入证件要求：本人电子学生证原件。

(四) 资格确认内容、方法与标准

1. 定性评价（20%）

以身体形态作为定性评价内容，主要从测试者身高、身材是否匀称、流线型是否好、手脚面积大小、臂展等方面来开展评价。（评价标准参考附件 2）

2. 定量评价（80%）

(1) 实战表现（60%）

测试要求：每人报名两项参赛，尊重对手，尊重裁判。

100 米主项分数占比为 40%，200 米混合泳分数占比为 20%

泳装要求：专项技能测试泳装要求为中国游泳协会审定的《游泳竞赛规则 2019—2022》中对泳装的规定：只允许考生穿一件泳装参加测试，男考生泳装不得高于肚脐、低于膝部；女考生泳装可以是连体的或分体的，但不得覆盖颈部、延伸过肩部、低于膝部。所有泳装的

材质为透气且不透明的纺织品。（评价标准参照附件 3）

备注：犯规者将直接取消测试成绩，凡通过弄虚作假等欺骗手段报考及录取的学生，一经发现，取消当年报名或录取资格。

（2）专项素质（20%）（评价标准参照附件 4）

测试要求：如下

①立定跳远（5%）

测试者站在起跳线后，两脚自然分开，双手摆动助力，保持身体平衡后用力起跳，测量起跳线至测试者落地时后脚跟之间的距离，每人 2 次机会，取最高值

②30 秒仰卧起坐（5%）

双手交叉紧贴胸前呈抱肩姿势，肘关节碰膝关节、肩胛着地，计数一次，计算 30 秒内完成动作次数。协助人员可用双手压脚腕部（不能抱腿）。

③30 秒双飞跳绳（5%）

测试者跳跃一次，摇绳绕身两回环，计数一次，计算 30 秒内完成动作次数，失误一次将重复数一次。测试者自备绳子或者校方统一准备都可。

④引体向上（5%）

引体向上身体可以摆动，要求双手正握（掌心向前）单杠，并双手与肩同宽；上拉时下颌应超过横杆，下放时直臂悬垂。

八、应急预案

1. 资格认证工作时间根据实际人数需求做相应延长和缩短，并提前做好人员分组，保障测试过程中的秩序。

2. 测试现场配备专业医护人员，设立急救区域。如发现有（如发热、乏力、干咳等）和异常情况的，立即启动应急预案。相关异常人员进入隔离室，并戴上医用口罩。

3. 每个岗位指定备份人员，确保某位工作人员因故缺席时，其他人员能迅速顶岗。在测试前进行设备检查，确保游泳池及相关设施正常。若设备故障（如水泵、计时设备等），立即联系维修人员处理，并根据实际情况调整测试流程或推迟进行。

4. 在游泳池周围配备必要的急救设备，如急救包、担架及必要的急救药物等。测试现场配备救生员，负责监控考生安全，快速应对溺水等紧急情况。在发生溺水等事件时，立即使用救生设备将考生拉至岸边，进行心肺复苏（CPR）等急救措施，等待专业医护人员的进一步处理。

5. 若发生突发安全事件（如火灾、恐慌等），按照场馆安全应急预案执行，确保所有考生与工作人员的安全撤离。

九、监督保障

（一）加强监督检查

严格按照沪教委体〔2025〕7号文件中相关要求执行，强化内部监督和社会监督，严格执行招生利益方回避制度，确保优秀体育生招生相关工作顺利进行。

（二）落实信息公开

加大信息公开力度，全面、及时、准确公布招收优秀体育学生工作相关信息，主动接受社会监督。

（三）严查违规违纪

建立违规招生行为负面清单制度，加大对赛事成绩证书、获奖证书等材料核查力度。对在招生中违规违纪的相关人员给予相应处理，情节严重的依规依纪移送纪检监察部门进行严肃处理。

上海市行知中学 2026 年优秀体育特长生招生测试工作
校级监督电话：66220601

上海市行知中学
2026 年 3 月 18 日

附件 1

2026 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生资格确认报名表

学生所在区：_____ 毕业学校：_____ 学生中考报名号：_____

姓名		性别		身高		体重		出生日期	年 月 日
训练项目		专项		是否已在国家体育总局注册				注册号	
家庭地址				电话				邮编	
报名学校				身份证号				上海学籍号	
个人特点 运动经历									
主要 比赛 成绩	竞赛名称			时间	地点	取得成绩 (名次)		证明人或推荐人	
								年 月 日	
毕业学校 意见		已公示 5 个工作日。同意该生报名。 签字 (盖章)： 年 月 日			招生学校 意见		已公示 5 个工作日。同意该生报名。 签字 (盖章)： 年 月 日		
区青少年体育工作 联席会议办公室 (体教 融合办公室) 意见		签字 (盖章)： 年 月 日			市青少年体育工作 联席会议办公室意见		签字 (盖章)： 年 月 日		

注：本表一式六份，由市、区教育、体育行政部门、区报考机构、招生学校各留一份，比赛成绩证明须另附页。若报名两所学校，须填写两张报名表

附件 2

身体形态测量评价表

分值	男子			女子		
	身高(cm)	臂展(cm) 注：指距- 身高	流线型(m) 注：水面蹬 边距离	身高(cm)	臂展(cm) 注：指距- 身高	流线型(m) 注：水面蹬 边距离
10	184	5	15	174	5	15
9	183	4.5	14	173	4.5	14
8	182	4	13	172	4	13
7	181	3.5	12	171	3.5	12
6	180	3	10	170	3	10
5	179	2.5	9	169	2.5	9
4	178	2	8	168	2	8
3	177	1.5	7	167	1.5	7
2	176	1	6	166	1	6
1	175	0.5	5	165	0.5	5

附件 3

实战表现测试评价标准

表 1 男子自由泳评分表 (25 米池)

分值	50 米自	100 米自	200 米自	400 米自	800 米自	1500 米自
100	22.48	49.3	01:48.55	3:50.00	8:14.30	15:33.80
99.5	22.54	49.49	01:49.11	3:51.09	8:16.17	15:37.66
99	22.59	49.68	01:49.68	3:52.18	8:18.04	15:41.51
98.5	22.65	49.87	01:50.24	3:53.27	8:19.91	15:45.37
98	22.70	50.06	01:50.80	3:54.36	8:21.78	15:49.22
97.5	22.76	50.25	01:51.36	3:55.45	8:23.65	15:53.08
97	22.82	50.44	01:51.93	3:56.54	8:25.52	15:56.93
96.5	22.88	50.63	01:52.49	3:57.63	8:27.39	16:00.78
96	22.93	50.82	01:53.05	3:58.72	8:29.26	16:04.64
95.5	22.98	51.01	01:53.61	3:59.81	8:31.13	16:08.50
95	23.04	51.2	01:54.18	4:00.90	8:33.00	16:12.35
94.5	23.01	51.39	01:54.74	4:01.99	8:34.87	16:16.21
94	23.15	51.58	01:55.30	4:03.08	8:36.74	16:20.06
93.5	23.21	51.77	01:55.86	4:04.17	8:38.61	16:23.92
93	23.26	51.96	01:56.43	4:05.26	8:40.48	16:27.77
92.5	23.32	52.15	01:56.99	4:06.35	8:42.35	16:31.63
92	23.37	52.34	01:57.55	4:07.44	8:44.22	16:35.48
91.5	23.42	52.53	01:58.11	4:08.53	8:46.09	16:39.34
91	23.50	52.72	01:58.68	4:09.62	8:47.96	16:43.19
90.5	23.56	52.91	01:59.24	4:10.71	8:49.83	16:47.05
90	23.6	53.1	1:59.80	4:11.80	8:51.70	16:50.90
89.5	23.75	53.55	2:00.77	4:13.96	8:56.07	16:59.41
89	23.89	53.99	2:01.75	4:16.12	9:00.43	17:07.91
88.5	24.04	54.44	2:02.72	4:18.28	9:04.80	17:16.42
88	24.18	54.88	2:03.70	4:20.44	9:09.16	17:24.92
87.5	24.33	55.33	2:04.68	4:22.60	9:13.53	17:33.43
87	24.47	55.77	2:05.65	4:24.76	9:17.89	17:41.93
86.5	24.62	56.22	2:06.63	4:26.92	9:22.26	17:50.44
86	24.76	56.66	2:07.60	4:29.08	9:26.62	17:58.94
85.5	24.91	57.11	2:08.57	4:31.24	9:30.99	18:07.44
85	25.05	57.55	2:09.55	4:33.40	9:35.35	18:15.95
84.5	25.20	58.00	2:10.53	4:35.56	9:39.72	18:24.46
84	25.34	58.44	2:11.50	4:37.72	9:44.08	18:32.96
83.5	25.49	58.89	2:12.48	4:39.88	9:48.45	18:41.47
83	25.63	59.33	2:13.45	4:42.04	9:52.81	18:49.97
82.5	25.78	59.78	2:14.43	4:44.20	9:57.18	18:58.48
82	25.92	1:00.22	2:15.40	4:46.36	10:01.54	19:06.98
81.5	26.07	1:00.67	2:16.38	4:48.52	10:05.91	19:15.49

81	26.21	1:01.11	2:17.35	4:50.68	10:10.27	19:23.99
80.5	26.36	1:01.56	2:18.33	4:52.84	10:14.64	19:32.50
80	26.5	1:02.0	2:19.3	4:55.0	10:19.0	19:41.00
79.5	26.56	1:02.03	2:19.8	4:56.1	10:21.2	19:45.5
79	26.62	1:02.05	2:20.3	4:57.2	10:23.4	19:50.0
78.5	26.68	1:02.08	2:20.8	4:58.3	10:25.6	19:54.5
78	26.74	1:02.10	2:21.3	4:59.4	10:27.8	19:59.0
77.5	26.80	1:02.13	2:21.8	5:01.5	10:30.0	20:03.5
77	26.86	1:02.15	2:22.3	5:02.6	10:32.2	20:08.0
76.5	26.92	1:02.18	2:22.8	5:03.7	10:34.4	20:12.5
76	26.98	1:02.20	2:23.3	5:04.8	10:36.6	20:17.0

表2 男子仰泳、蛙泳、蝶泳、混合泳评分表（25米池）

分值	100米仰	200米仰	100米蛙	200米蛙	100米蝶	200米蝶	200米混	400米混
100	54.75	1:59.45	1:02.00	2:15.90	53.6	1:58.20	2:08.20	4:31.20
99.5	55.01	1:59.99	1:02.35	2:16.53	53.82	1:58.78	2:08.47	4:32.08
99	55.27	2:00.54	1:02.70	2:17.16	54.04	1:59.36	2:08.75	4:32.97
98.5	55.53	2:01.08	1:03.05	2:17.79	54.26	1:59.94	2:09.02	4:33.85
98	55.79	2:01.62	1:03.40	2:18.42	54.48	2:00.52	2:09.29	4:34.74
97.5	56.05	2:02.16	1:03.75	2:19.05	54.70	2:01.10	2:09.56	4:35.62
97	56.31	2:02.71	1:04.10	2:19.68	54.92	2:01.68	2:09.84	4:36.50
96.5	56.57	2:03.25	1:04.45	2:20.31	55.14	2:02.26	2:10.11	4:37.39
96	56.83	2:03.79	1:04.80	2:20.94	55.36	2:02.84	2:10.38	4:38.27
95.5	57.09	2:04.33	1:05.15	2:21.57	55.58	2:03.42	2:10.65	4:39.16
95	57.35	2:04.88	1:05.50	2:22.20	55.80	2:04.00	2:10.93	4:40.04
94.5	57.61	2:05.42	1:05.85	2:22.83	56.02	2:04.58	2:11.20	4:40.92
94	57.87	2:05.96	1:06.20	2:23.46	56.24	2:05.16	2:11.47	4:41.81
93.5	58.13	2:06.50	1:06.55	2:24.09	56.46	2:05.74	2:11.74	4:42.69
93	58.39	2:07.05	1:06.90	2:24.72	56.68	2:06.32	2:12.02	4:43.58
92.5	58.65	2:07.59	1:07.25	2:25.35	56.90	2:06.90	2:12.29	4:44.46
92	58.91	2:08.13	1:07.60	2:25.98	57.12	2:07.48	2:12.56	4:45.34
91.5	59.17	2:08.67	1:07.95	2:26.61	57.34	2:08.06	2:12.83	4:46.23
91	59.43	2:09.22	1:08.30	2:27.24	57.56	2:08.64	2:13.11	4:47.11
90.5	59.69	2:09.76	1:08.65	2:27.87	57.78	2:09.22	2:13.38	4:48.00
90	59.95	2:10.30	1:09.00	2:28.50	58	2:09.80	2:13.65	4:48.88
89.5	1:00.42	2:11.34	1:09.30	2:29.23	58.55	2:10.96	2:14.66	4:50.44
89	1:00.89	2:12.37	1:09.60	2:29.95	59.10	2:12.12	2:15.67	4:51.99
88.5	1:01.35	2:13.41	1:09.90	2:30.68	59.65	2:13.28	2:16.67	4:53.55
88	1:01.82	2:14.44	1:10.20	2:31.40	1:00.20	2:14.44	2:17.68	4:55.10
87.5	1:02.29	2:15.48	1:10.50	2:32.13	1:00.75	2:15.60	2:18.69	4:56.66
87	1:02.76	2:16.51	1:10.80	2:32.85	1:01.30	2:16.76	2:19.70	4:58.22
86.5	1:03.22	2:17.55	1:11.10	2:33.58	1:01.85	2:17.92	2:20.70	4:59.77
86	1:03.69	2:18.58	1:11.40	2:34.30	1:02.40	2:19.08	2:21.71	5:01.33
85.5	1:04.16	2:19.62	1:11.70	2:35.03	1:02.95	2:20.24	2:22.72	5:02.88
85	1:04.63	2:20.65	1:12.00	2:35.75	1:03.50	2:21.40	2:23.73	5:04.44
84.5	1:05.09	2:21.69	1:12.30	2:36.48	1:04.05	2:22.56	2:24.73	5:06.00
84	1:05.56	2:22.72	1:12.60	2:37.20	1:04.60	2:23.72	2:25.74	5:07.55
83.5	1:06.03	2:23.76	1:12.90	2:37.93	1:05.15	2:24.88	2:26.75	5:09.11
83	1:06.50	2:24.79	1:13.20	2:38.65	1:05.70	2:26.04	2:27.76	5:10.66
82.5	1:06.96	2:25.83	1:13.50	2:39.38	1:06.25	2:27.20	2:28.76	5:12.22
82	1:07.43	2:26.86	1:13.80	2:40.10	1:06.80	2:28.36	2:29.77	5:13.78
81.5	1:07.90	2:27.90	1:14.10	2:40.83	1:07.35	2:29.52	2:30.78	5:15.33

81	1:08.37	2:28.93	1:14.40	2:41.55	1:07.90	2:30.68	2:31.79	5:16.89
80.5	1:08.83	2:29.97	1:14.70	2:42.28	1:08.45	2:31.84	2:32.79	5:18.44
80	1:09.30	2:31.00	1:15.00	2:43.00	1:09.00	2:33.00	2:33.80	5:20.00
79.5	1:09.77	2:32.04	1:15.30	2:43.73	1:09.55	2:34.16	2:34.81	5:21.56
79	1:10.24	2:33.07	1:15.60	2:44.45	1:10.10	2:35.32	2:35.82	5:23.11
78.5	1:10.70	2:34.11	1:15.90	2:45.18	1:10.65	2:36.48	2:36.82	5:24.67
78	1:11.17	2:35.14	1:16.20	2:45.90	1:11.20	2:37.64	2:37.83	5:26.22
77.5	1:11.63	2:37.17	1:16.50	2:46.62	1:11.75	2:38.8	2:38.84	5:27.77
77	1:12.09	2:38.20	1:16.80	2:47.34	1:12.3	2:39.96	2:39.85	5:29.32
76.5	1:12.55	2:39.23	1:17.10	2:48.06	1:12.85	2:41.12	2:40.86	5:30.87
76	1:13.01	2:40.26	1:17.40	2:48.78	1:13.4	2:42.28	2:41.87	5:32.42

表3 女子自由泳评分表（25米池）

分值	50米自	100米自	200米自	400米自	800米自	1500米自
100	25	54.7	1:58.50	4:11.40	8:45.20	17:00.50
99.5	25.07	54.99	1:59.18	4:12.78	8:47.59	17:04.48
99	25.14	55.28	1:59.85	4:14.16	8:49.98	17:08.45
98.5	25.21	55.57	2:00.52	4:15.54	8:52.37	17:12.43
98	25.28	55.86	2:01.20	4:16.92	8:54.76	17:16.40
97.5	25.35	56.15	2:01.88	4:18.30	8:57.15	17:20.38
97	25.42	56.44	2:02.55	4:19.68	8:59.54	17:24.35
96.5	25.49	56.73	2:03.23	4:21.06	9:01.93	17:28.33
96	25.56	57.02	2:03.90	4:22.44	9:04.32	17:32.30
95.5	25.63	57.31	2:04.58	4:23.82	9:06.71	17:36.28
95	25.70	57.60	2:05.25	4:25.20	9:09.10	17:40.25
94.5	25.77	57.89	2:05.93	4:26.58	9:11.49	17:44.23
94	25.84	58.18	2:06.60	4:27.96	9:13.88	17:48.20
93.5	25.91	58.47	2:07.28	4:29.34	9:16.27	17:52.18
93	25.98	58.76	2:07.95	4:30.72	9:18.66	17:56.15
92.5	26.05	59.05	2:08.63	4:32.10	9:21.05	18:00.13
92	26.12	59.34	2:09.30	4:33.48	9:23.44	18:04.10
91.5	26.19	59.63	2:09.97	4:34.86	9:25.83	18:08.08
91	26.26	59.92	2:10.65	4:36.24	9:28.22	18:12.05
90.5	26.33	1:00.21	2:11.33	4:37.62	9:30.61	18:16.03
90	26.4	1:00.50	2:12.00	4:39.00	9:33.00	18:20.00
89.5	26.61	1:01.03	2:13.15	4:42.00	9:39.75	18:35.00
89	26.81	1:01.55	2:14.30	4:45.00	9:46.50	18:50.00
88.5	27.02	1:02.08	2:15.45	4:48.00	9:53.25	19:05.00
88	27.22	1:02.60	2:16.60	4:51.00	10:00.00	19:20.00
87.5	27.43	1:03.13	2:17.75	4:54.00	10:06.75	19:35.00
87	27.63	1:03.65	2:18.90	4:57.00	10:13.50	19:50.00
86.5	27.84	1:04.18	2:20.05	5:00.00	10:20.25	20:05.00
86	28.04	1:04.70	2:21.20	5:03.00	10:27.00	20:20.00
85.5	28.25	1:05.23	2:22.35	5:06.00	10:33.75	20:35.00
85	28.45	1:05.75	2:23.50	5:09.00	10:40.50	20:50.00
84.5	28.66	1:06.28	2:24.65	5:12.00	10:47.25	21:05.00
84	28.86	1:06.80	2:25.80	5:15.00	10:54.00	21:20.00
83.5	29.07	1:07.33	2:26.95	5:18.00	11:00.75	21:35.00

83	29.27	1:07.85	2:28.10	5:21.00	11:07.50	21:50.00
82.5	29.48	1:08.38	2:29.25	5:24.00	11:14.25	22:05.00
82	29.68	1:08.90	2:30.40	5:27.00	11:21.00	22:20.00
81.5	29.89	1:09.43	2:31.55	5:30.00	11:27.75	22:35.00
81	30.09	1:09.95	2:32.70	5:33.00	11:34.50	22:50.00
80.5	30.30	1:10.48	2:33.85	5:36.00	11:41.25	23:05.00
80	30.50	1:11.00	2:35.00	5:39.00	11:48.00	23:20.00
79.5	30.71	1:11.53	2:36.15	5:42.00	11:54.75	23:35.00
79	30.91	1:12.05	2:37.30	5:45.00	12:01.50	23:50.00
78.5	31.12	1:12.58	2:38.45	5:48.00	12:08.25	24:05.00
78	31.32	1:13.10	2:39.60	5:51.00	12:15.00	24:20.00
77.5	31.53	1:13.63	2:40.75	5:54.00	12:21.75	24:35.00
77	31.73	1:14.15	2:41.90	5:57.00	12:28.50	24:50.00
76.5	31.94	1:14.68	2:43.05	6:00.00	12:35.25	25:05.00
76	32.14	1:15.20	2:44.20	6:03.00	12:42.00	25:20.00

表4 女子仰泳、蛙泳、蝶泳、混合泳评分表（25米池）

分值	100米仰	200米仰	100米蛙	200米蛙	100米蝶	200米蝶	200米混	400米混
100	1:01.5	2:13.00	1:08.75	2:33.60	59	2:11.20	2:13.70	4:49.80
99.5	1:01.73	2:13.58	1:09.10	2:34.27	59.35	2:11.74	2:14.27	4:50.81
99	1:01.95	2:14.15	1:09.46	2:34.94	59.70	2:12.28	2:14.83	4:51.82
98.5	1:02.18	2:14.73	1:09.81	2:35.61	1:00.05	2:12.82	2:15.40	4:52.83
98	1:02.40	2:15.30	1:10.16	2:36.28	1:00.40	2:13.36	2:15.96	4:53.84
97.5	1:02.63	2:15.88	1:10.51	2:36.95	1:00.75	2:13.90	2:16.53	4:54.85
97	1:02.85	2:16.45	1:10.87	2:37.62	1:01.10	2:14.44	2:17.09	4:55.86
96.5	1:03.08	2:17.03	1:11.22	2:38.29	1:01.45	2:14.98	2:17.66	4:56.87
96	1:03.30	2:17.60	1:11.57	2:38.96	1:01.80	2:15.52	2:18.22	4:57.88
95.5	1:03.53	2:18.18	1:11.92	2:39.63	1:02.15	2:16.06	2:18.79	4:58.89
95	1:03.75	2:18.75	1:12.28	2:40.30	1:02.50	2:16.60	2:19.35	4:59.90
94.5	1:03.98	2:19.33	1:12.63	2:40.97	1:02.85	2:17.14	2:19.92	5:00.91
94	1:04.20	2:19.90	1:12.98	2:41.64	1:03.20	2:17.68	2:20.48	5:01.92
93.5	1:04.43	2:20.48	1:13.33	2:42.31	1:03.55	2:18.22	2:21.05	5:02.93
93	1:04.65	2:21.05	1:13.69	2:42.98	1:03.90	2:18.76	2:21.61	5:03.94
92.5	1:04.88	2:21.63	1:14.04	2:43.65	1:04.25	2:19.30	2:22.18	5:04.95
92	1:05.10	2:22.20	1:14.39	2:44.32	1:04.60	2:19.84	2:22.74	5:05.96
91.5	1:05.33	2:22.78	1:14.74	2:44.99	1:04.95	2:20.38	2:23.31	5:06.97
91	1:05.55	2:23.35	1:15.10	2:45.66	1:05.30	2:20.92	2:23.87	5:07.98
90.5	1:05.78	2:23.93	1:15.45	2:46.33	1:05.65	2:21.46	2:24.44	5:08.99
90	1:06.00	2:24.50	1:15.80	2:47.00	1:06.00	2:22.00	2:25.00	5:10.00
89.5	1:06.58	2:25.63	1:16.24	2:48.09	1:06.60	2:23.47	2:26.35	5:13.05
89	1:07.15	2:26.75	1:16.67	2:49.18	1:07.20	2:24.93	2:27.70	5:16.10
88.5	1:07.73	2:27.88	1:17.11	2:50.27	1:07.80	2:26.40	2:29.05	5:19.15
88	1:08.30	2:29.00	1:17.54	2:51.36	1:08.40	2:27.86	2:30.40	5:22.20
87.5	1:08.88	2:30.13	1:17.98	2:52.45	1:09.00	2:29.33	2:31.75	5:25.25
87	1:09.45	2:31.25	1:18.41	2:53.54	1:09.60	2:30.79	2:33.10	5:28.30
86.5	1:10.03	2:32.38	1:18.85	2:54.63	1:10.20	2:32.26	2:34.45	5:31.35
86	1:10.60	2:33.50	1:19.28	2:55.72	1:10.80	2:33.72	2:35.80	5:34.40
85.5	1:11.18	2:34.63	1:19.72	2:56.81	1:11.40	2:35.19	2:37.15	5:37.45
85	1:11.75	2:35.75	1:20.15	2:57.90	1:12.00	2:36.65	2:38.50	5:40.50
84.5	1:12.33	2:36.88	1:20.59	2:58.99	1:12.60	2:38.12	2:39.85	5:43.55
84	1:12.90	2:38.00	1:21.02	2:00.08	1:13.20	2:39.58	2:41.20	5:46.60
83.5	1:13.48	2:39.13	1:21.46	2:01.17	1:13.80	2:41.05	2:42.55	5:49.65
83	1:14.05	2:40.25	1:21.89	2:02.26	1:14.40	2:42.51	2:43.90	5:52.70
82.5	1:14.63	2:41.38	1:22.33	2:03.35	1:15.00	2:43.98	2:45.25	5:55.75
82	1:15.20	2:42.50	1:22.76	2:04.44	1:15.60	2:45.44	2:46.60	5:58.80

81.5	1:15.78	2:43.63	1:23.20	2:05.53	1:16.20	2:46.91	2:47.95	6:01.85
81	1:16.35	2:44.75	1:23.63	2:06.62	1:16.80	2:48.37	2:49.30	6:04.90
80.5	1:16.93	2:45.88	1:24.07	2:07.71	1:17.40	2:49.84	2:50.65	6:07.95
80	1:17.50	2:47.00	1:24.50	2:08.80	1:18.00	2:51.30	2:52.00	6:11.00
79.5	1:18.08	2:48.13	1:24.94	2:09.89	1:18.60	2:52.77	2:53.35	6:14.05
79	1:18.65	2:49.25	1:25.37	2:10.98	1:19.20	2:54.23	2:54.70	6:17.10
78.5	1:19.23	2:50.38	1:25.81	2:12.07	1:19.80	2:55.70	2:56.05	6:20.15
78	1:19.80	2:51.50	1:26.24	2:13.16	1:20.40	2:57.16	2:57.40	6:23.20
77.5	1:20.38	2:52.63	1:26.68	2:14.25	1:21.00	2:58.63	2:58.75	6:26.25
77	1:20.95	2:53.75	1:27.11	2:15.34	1:21.60	3:00.09	3:00.10	6:29.30
76.5	1:21.53	2:54.88	1:27.55	2:16.43	1:22.20	3:01.56	3:01.45	6:32.35
76	1:22.10	2:56.00	1:27.98	2:17.52	1:22.80	3:03.02	3:02.80	6:35.40

附件 4

专项素质测试评价标准

分值	立定 跳远(男)	立定 跳远(女)	30 秒仰 卧起坐 (男)	30 秒仰 卧起坐 (女)	30 秒双 飞跳绳 (男)	30 秒双 飞跳绳 (女)	引体向上 (男)	引体向上 (女)
100	250	220	40	38	50	48	20	15
95	245	215	39	37	48	46	19	14
90	240	210	38	36	46	44	18	13
85	235	205	37	35	45	43	17	12
80	230	200	36	34	44	42	16	11
75	225	195	35	33	43	41	15	10
70	220	190	34	32	42	40	14	9
65	215	185	33	31	41	39	13	8
60	210	180	32	30	40	38	12	7
55	205	175	31	29	39	37	11	6
50	200	170	30	28	38	36	10	
45	195	165	29	27	37	35	9	5
40	190	160	28	26	36	34	8	
35	185	155	27	25	35	33	7	4
30	180	150	26	24	34	32	6	
25	175	145	25	23	33	31	5	3
20	170	140	24	22	32	30	4	
15	165	135	23	21	31	29	3	2
10	160	130	22	20	30	28	2	
5	155	125	21	19	29	27	1	1

