附件1

公安机关人民警察体育锻炼标准评分表

男子组评分表

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项  目  分  值 | 男子青年一组（25岁以下，含学员组） | | 男子青年二组（26岁至30岁） | | 男子青年三组（31岁至35岁） | |
| 100米跑 | 1000米跑 | 100米跑 | 1000米跑 | 100米跑 | 1000米跑 |
| （秒） | （分′秒） | （秒） | （分′秒） | （秒） | （分′秒） |
| 100 | 12″5 | 3′26″ | 13″4 | 3′35″ | 14″0 | 3′45″ |
| 95 | 12″8 | 3′28″ | 13″7 | 3′40″ | 14″3 | 3′50″ |
| 90 | 13″1 | 3′30″ | 14″0 | 3′45″ | 14″6 | 3′55″ |
| 85 | 13″4 | 3′32″ | 14″3 | 3′50″ | 14″9 | 4′00″ |
| 80 | 13″7 | 3′35″ | 14″6 | 3′55″ | 15″2 | 4′05″ |
| 75 | 14″0 | 3′40″ | 14″9 | 4′00″ | 15″5 | 4′10″ |
| 70 | 14″3 | 3′45″ | 15″2 | 4′05″ | 15″8 | 4′15″ |
| 65 | 14″6 | 3′50″ | 15″5 | 4′10″ | 16″1 | 4′20″ |
| 60 | 14″9 | 3′55″ | 15″8 | 4′15″ | 16″4 | 4′25″ |
| 55 | 15″2 | 4′00″ | 16″1 | 4′20″ | 16″7 | 4′30″ |
| 50 | 15″5 | 4′05″ | 16″4 | 4′25″ | 17″0 | 4′35″ |
| 45 | 15″8 | 4′10″ | 16″7 | 4′30″ | 17″3 | 4′40″ |
| 40 | 16″1 | 4′15″ | 17″0 | 4′35″ | 17″6 | 4′45″ |
| 35 | 16″4 | 4′20″ | 17″3 | 4′40″ | 17″9 | 4′50″ |

女子组评分表

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项  目  分  值 | 女子青年一组（25岁以下，含学员组） | | 女子青年二组（26岁至30岁） | | 女子青年三组（31岁至35岁） | |
| 100米跑 | 800米跑 | 100米跑 | 800米跑 | 100米跑 | 800米跑 |
| （秒） | （分′秒） | （秒） | （分′秒） | （秒） | （分′秒） |
| 100 | 15″5 | 3′23″ | 16″1 | 3′30″ | 17″0 | 3′40″ |
| 95 | 15″8 | 3′26″ | 16″4 | 3′35″ | 17″3 | 3′45″ |
| 90 | 16″1 | 3′29″ | 16″7 | 3′40″ | 17″6 | 3′50″ |
| 85 | 16″4 | 3′32″ | 17″0 | 3′45″ | 17″9 | 3′55″ |
| 80 | 16″7 | 3′35″ | 17″3 | 3′50″ | 18″2 | 4′00″ |
| 75 | 17″0 | 3′40″ | 17″6 | 3′55″ | 18″5 | 4′05″ |
| 70 | 17″3 | 3′45″ | 17″9 | 4′00″ | 18″8 | 4′10″ |
| 65 | 17″6 | 3′50″ | 18″2 | 4′05″ | 19″1 | 4′15″ |
| 60 | 17″9 | 3′55″ | 18″5 | 4′10″ | 19″4 | 4′20″ |
| 55 | 18″2 | 4′00″ | 18″8 | 4′15″ | 19″7 | 4′25″ |
| 50 | 18″5 | 4′05″ | 19″1 | 4′20″ | 20″0 | 4′30″ |
| 45 | 18″8 | 4′10″ | 19″4 | 4′25″ | 20″3 | 4′35″ |
| 40 | 19″1 | 4′15″ | 19″7 | 4′30″ | 20″6 | 4′40″ |
| 35 | 16″4 | 4′20″ | 20″0 | 4′35″ | 20″9 | 4′45″ |