**附件1**

**上海海洋大学体质健康测试项目与权重**

**一、测试项目**

1. 身高；
2. 体重；
3. 肺活量指数；
4. 50米跑；
5. 1000米跑（男）、800米跑（女）；
6. 坐位体前屈；
7. 立定跳远指数；
8. 引体向上（男）、一分钟仰卧起坐（女）；
9. **单项指标与权重**

|  |  |
| --- | --- |
| **单项指标** | **权重（%）** |
| 体重指数（BMI） | 15 |
| 肺活量 | 15 |
| 50米跑 | 20 |
| 1000米跑（男）、800米跑（女） | 20 |
| 坐位体前屈 | 10 |
| 立定跳远 | 10 |
| 引体向上（男）、一分钟仰卧起坐（女） | 10 |

**图1 体测场地示意图**

