

附录一 国家学生体质健康标准（2014年修订）

一、说明

（一）《国家学生体质健康标准》（以下简称《标准》）是国家学校教育工作的基础性指导文件和教育质量基本标准，是评价学生综合素质、评估学校工作和衡量各地教育发展的重要依据，是《国家体育锻炼标准》在学校的具体实施，适用于全日制普通小学、初中、普通高中、中等职业学校、普通高等学校的学生。

（二）本标准的修订坚持健康第一，落实《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010-2020年）》、《国务院办公厅转发教育部等部门关于进一步加强学校体育工作若干意见的通知》（国办发〔2012〕53号）和《教育部关于印发〈学生体质健康监测评价办法〉等三个文件的通知》（教体艺〔2014〕3号）有关要求，着重提高《标准》应用的信度、效度和区分度，着重强化其教育激励、反馈调整和引导锻炼的功能，着重提高其教育监测和绩效评价的支撑能力。

（三）本标准从身体形态、身体机能和身体素质等方面综合评定学生的体质健康水平，是促进学生体质健康发展、激励学生积极进行身体锻炼的教育手段，是国家学生发展核心素养体系和学业质量标准的重要组成部分，是学生体质健康的个体评价标准。

（四）本标准将适用对象划分为以下组别：小学、初中、高中按每个年级为一组，其中小学为6组、初中为3组、高中为3组。大学一、二年级为一组，三、四年级为一组。

（五）小学、初中、高中、大学各组别的测试指标均为必测指标。其中，身体形态类中的身高、体重，身体机能类中的肺活量，以及身体素质类中的50米跑、坐位体前屈为各年级学生共性指标。

（六）本标准的学年总分由标准分与附加分之和构成，满分为120分。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20分；小学的加分指标为1分钟跳绳，加分幅度为20分；初中、高中和大学的加分指标为男生引体向上和1000米跑，女生1分钟仰卧起坐和800米跑，各指标加分幅度均为10分。

（七）根据学生学年总分评定等级：90.0分及以上为优秀，80.0~89.9分为良好，60.0~79.9分为及格，59.9分及以下为不及格。

（八）每个学生每学年评定一次，记入《〈国家学生体质健康标准〉登记卡》

（附表 1～6）。特殊学制的学校，在填写登记卡时可以按规定和需求相应地增减栏目。学生毕业时的成绩和等级，按毕业当年学年总分的 50%与其他学年总分平均得分的 50%之和进行评定。

（九）学生测试成绩评定达到良好及以上者，方可参加评优与评奖；成绩达到优秀者，方可获体育奖学分。测试成绩评定不及格者，在本学年度准予补测一次，补测仍不及格，则学年成绩评定为不及格。普通高中、中等职业学校和普通高等学校学生毕业时，《标准》测试的成绩达不到 50 分者按结业或肄业处理。

（十）学生因病或残疾可向学校提交暂缓或免于执行《标准》的申请，经医疗单位证明，体育教学部门核准，可暂缓或免于执行《标准》，并填写《免于执行〈国家学生体质健康标准〉申请表》（附表 7），存入学生档案。确实丧失运动能力、被免于执行《标准》的残疾学生，仍可参加评优与评奖，毕业时《标准》成绩需注明免测。

（十一）各学校每学年开展覆盖本校各年级学生的《标准》测试工作，《标准》测试数据经当地教育行政部门按要求审核后，通过“中国学生体质健康网”上传至“国家学生体质健康标准数据管理系统”。测试和数据上传时间由教育行政部门确定。

（十二）本标准由教育部负责解释。二、《国家学生体质健康标准》的测试项目、评价指标及运用。

二、单项指标与权重		
测试对象	单项指标	权重
初中、高中、大学各年级	50 米跑	20
	坐位体前屈	10
	立定跳远	10
	引体向上（男）/1 分钟仰卧起坐	10
	1000 米跑（男）/800 米跑（女）	20

注：体重指数（BMI）=体重（千克）/身高²（米²）。

附表 1 大学男生身高标准体重评分表（体重单位：： 千克）					
年级	性别	等级	单项得分	最低 bmi 值 (千克/米 ²)	最高 bmi 值 (千克/米 ²)

大学一年级	男	正常	100	17.9	23.9
大学一年级	男	低体重	80	0	17.8
大学一年级	男	超重	80	24	27.9
大学一年级	男	肥胖	60	28	
大学二年级	男	正常	100	17.9	23.9
大学二年级	男	低体重	80	0	17.8
大学二年级	男	超重	80	24	27.9
大学二年级	男	肥胖	60	28	
大学三年级	男	正常	100	17.9	23.9
大学三年级	男	低体重	80	0	17.8
大学三年级	男	超重	80	24	27.9
大学三年级	男	肥胖	60	28	
大学四年级	男	正常	100	17.9	23.9
大学四年级	男	低体重	80	0	17.8
大学四年级	男	超重	80	24	27.9
大学四年级	男	肥胖	60	28	

附表2 大学女生身高标准体重评分表

(体重单位: 千克)

年级	性别	等级	单项得分	最低 bmi 值 (千克/米 ²)	最高 bmi 值 (千克/米 ²)
小学一年级	女	正常	100	13.3	17.3
大学一年级	女	超重	80	24	27.9
大学一年级	女	肥胖	60	28	
大学二年级	女	正常	100	17.2	23.9
大学二年级	女	低体重	80	0	17.1
大学二年级	女	超重	80	24	27.9
大学二年级	女	肥胖	60	28	
大学三年级	女	正常	100	17.2	23.9
大学三年级	女	低体重	80	0	17.1
大学三年级	女	超重	80	24	27.9
大学三年级	女	肥胖	60	28	
大学四年级	女	正常	100	17.2	23.9
大学四年级	女	低体重	80	0	17.1
大学四年级	女	超重	80	24	27.9
大学四年级	女	肥胖	60	28	

附表3: 大学一、二年级男生其它单项评分表

等级	单项得分	肺活量 (毫升)	50米跑 (秒)	坐位体 前屈 (厘米)	立定跳 远(厘米)	引体向 上 (次)	1000米 跑(分. 秒)	1000米 跑 (秒)
----	------	-------------	-------------	-------------------	--------------	-----------------	---------------------	-------------------

				米)				
优秀	100	5040	6.7	24.9	273	19	3' 17"	197
优秀	95	4920	6.8	23.1	268	18	3' 22"	202
优秀	90	4800	6.9	21.3	263	17	3' 27"	207
良好	85	4550	7	19.5	256	16	3' 34"	214
良好	80	4300	7.1	17.7	248	15	3' 42"	222
及格	78	4180	7.3	16.3	244		3' 47"	227
及格	76	4060	7.5	14.9	240	14	3' 52"	232
及格	74	3940	7.7	13.5	236		3' 57"	237
及格	72	3820	7.9	12.1	232	13	4' 02"	242
及格	70	3700	8.1	10.7	228		4' 07"	247
及格	68	3580	8.3	9.3	224	12	4' 12"	252
及格	66	3460	8.5	7.9	220		4' 17"	257
及格	64	3340	8.7	6.5	216	11	4' 22"	262
及格	62	3220	8.9	5.1	212		4' 27"	267
及格	60	3100	9.1	3.7	208	10	4' 32"	272
不及格	50	2940	9.3	2.7	203	9	4' 52"	292
不及格	40	2780	9.5	1.7	198	8	5' 12"	312
不及格	30	2620	9.7	0.7	193	7	5' 32"	332
不及格	20	2460	9.9	-0.3	188	6	5' 52"	352
不及格	10	2300	10.1	-1.3	183	5	6' 12"	372

附表4：大学二、二年级女生其它单项评分表

等级	单项得分	肺活量 (毫升)	50米跑 (秒)	坐位体前 屈(厘米)	立定跳远 (厘米)	仰卧起坐 (次/分钟)	800米跑 (分.秒)
优秀	100	3400	7.5	25.8	207	56	3' 18"
优秀	95	3350	7.6	24	201	54	3' 24"
优秀	90	3300	7.7	22.2	195	52	3' 30"
良好	85	3150	8	20.6	188	49	3' 37"
良好	80	3000	8.3	19	181	46	3' 44"
及格	78	2900	8.5	17.7	178	44	3' 49"
及格	76	2800	8.7	16.4	175	42	3' 54"
及格	74	2700	8.9	15.1	172	40	3' 59"
及格	72	2600	9.1	13.8	169	38	4' 04"
及格	70	2500	9.3	12.5	166	36	4' 09"
及格	68	2400	9.5	11.2	163	34	4' 14"
及格	66	2300	9.7	9.9	160	32	4' 19"
及格	64	2200	9.9	8.6	157	30	4' 24"

及格	62	2100	10.1	7.3	154	28	4' 29"
及格	60	2000	10.3	6	151	26	4' 34"
不及格	50	1960	10.5	5.2	146	24	4' 44"
不及格	40	1920	10.7	4.4	141	22	4' 54"
不及格	30	1880	10.9	3.6	136	20	5' 04"
不及格	20	1840	11.1	2.8	131	18	5' 14"
不及格	10	1800	11.3	2	126	16	5' 24"

附表 5：大学三、四年级男生其它单项评分表

等级	单项得分	肺活量 (毫升)	50 米跑 (秒)	坐位体前 屈(厘米)	立定跳远 (厘米)	引体向上 (次)	1000 米跑 (分. 秒)
优秀	100	5140	6.6	25.1	275	20	3' 15"
优秀	95	5020	6.7	23.3	270	19	3' 20"
优秀	90	4900	6.8	21.5	265	18	3' 25"
良好	85	4650	6.9	19.9	258	17	3' 32"
良好	80	4400	7	18.2	250	16	3' 40"
及格	78	4280	7.2	16.8	246		3' 45"
及格	76	4160	7.4	15.4	242	15	3' 50"
及格	74	4040	7.6	14	238		3' 55"
及格	72	3920	7.8	12.6	234	14	4' 00"
及格	70	3800	8	11.2	230		4' 05"
及格	68	3680	8.2	9.8	226	13	4' 10"
及格	66	3560	8.4	8.4	222		4' 15"
及格	64	3440	8.6	7	218	12	4' 20"
及格	62	3320	8.8	5.6	214		4' 25"
及格	60	3200	9	4.2	210	11	4' 30"
不及格	50	3030	9.2	3.2	205	10	4' 50"
不及格	40	2860	9.4	2.2	200	9	5' 10"
不及格	30	2690	9.6	1.2	195	8	5' 30"
不及格	20	2520	9.8	0.2	190	7	5' 50"
不及格	10	2350	10	-0.8	185	6	6' 10"

附表 6：大学三、四年级女生其它单项评分表

等级	单项得分	肺活量 (毫升)	50 米跑 (秒)	坐位体前 屈(厘米)	立定跳远 (厘米)	仰卧起坐 (次/分 钟)	800 米跑 (分. 秒)
优秀	100	3450	7.4	26.3	208	57	3' 16"
优秀	95	3400	7.5	24.4	202	55	3' 22"
优秀	90	3350	7.6	22.4	196	53	3' 28"

良好	85	3200	7.9	21	189	50	3' 35"
良好	80	3050	8.2	19.5	182	47	3' 42"
及格	78	2950	8.4	18.2	179	45	3' 47"
及格	76	2850	8.6	16.9	176	43	3' 52"
及格	74	2750	8.8	15.6	173	41	3' 57"
及格	72	2650	9	14.3	170	39	4' 02"
及格	70	2550	9.2	13	167	37	4' 07"
及格	68	2450	9.4	11.7	164	35	4' 12"
及格	66	2350	9.6	10.4	161	33	4' 17"
及格	64	2250	9.8	9.1	158	31	4' 22"
及格	62	2150	10	7.8	155	29	4' 27"
及格	60	2050	10.2	6.5	152	27	4' 32"
不及格	50	2010	10.4	5.7	147	25	4' 42"
不及格	40	1970	10.6	4.9	142	23	4' 52"
不及格	30	1930	10.8	4.1	137	21	5' 02"
不及格	20	1890	11	3.3	132	19	5' 12"
不及格	10	1850	11.2	2.5	127	17	5' 22"

附表7: 免于执行《国家学生体质健康标准》申请表(样表)

姓 名		性 别		民 族	
班 号		学 号		出生日期	
原因					
体育教师 签字			家长签字		
学校 体育 部门 意见	签章（字）： 年 月 日				

注：高等学校的学生，“家长签字栏”由学生本人签字。

附表8 国家学生体质健康标准登记卡 (大学样表)

姓 名						性 别				民 族			
班 号						学 号				出生日期			
一年级				二年级				三年级				毕业成绩	
指标	成绩	得分	等级	指标	成绩	得分	等级	指标	成绩	得分	等级	得分	等级

身高标准体重				身高标准体重				身高标准体重					
奖励得分													
学年总分													
等级评定													
体育教师签字													
辅导员签字													

注：高等职业学校、高等专科学校参照本样表执行。

学校签章

年 月 日