

400 米跑

项 目	400 米跑
分 值	80 分

一、考试方法

1. 400 米跑专项考试采用一次性比赛，使用电动计时计取成绩，参照评分标准分值与成绩表。

2. 400 米跑专项考试中，对每组第一次起跑犯规的考生应给予警告，只允许考生有一次起跑犯规而不被取消资格，之后同一组的一名或多名考生每次起跑犯规，均将被取消该单项的比赛资格。

二、评分标准

400 米跑专项考试评分标准详见表 3-1～表 3-2

表 3-1 男子 400 米跑分值与成绩表

成绩单位：秒

分值	成绩	分值	成绩	分值	成绩
80	53.24	53	58.64	26	01:08.24
79	53.44	52	58.84	25	01:08.64
78	53.64	51	59.04	24	01:09.04
77	53.84	50	59.24	23	01:09.44
76	54.04	49	59.44	22	01:09.84
75	54.24	48	59.64	21	01:10.24
74	54.44	47	01:00.04	20	01:10.64
73	54.64	46	01:00.44	19	01:11.04
72	54.84	45	01:00.84	18	01:11.44
71	55.04	44	01:01.24	17	01:11.84
70	55.24	43	01:01.64	16	01:12.24
69	55.44	42	01:02.04	15	01:12.64
68	55.64	41	01:02.44	14	01:13.04

67	55.84	40	01:02.84	13	01:13.44
66	56.04	39	01:03.04	12	01:13.84
65	56.24	38	01:03.44	11	01:14.24
64	56.44	37	01:03.84	10	01:14.64
63	56.64	36	01:04.24	9	01:15.04
62	56.84	35	01:04.64	8	01:15.44
61	57.04	34	01:05.04	7	01:15.84
60	57.24	33	01:05.44	6	01:16.24
59	57.44	32	01:05.84	5	01:16.64
58	57.64	31	01:06.24	4	01:17.04
57	57.84	30	01:06.64	3	01:17.44
56	58.04	29	01:07.04	2	01:17.84
55	58.24	28	01:07.44	1	01:18.24
54	58.44	27	01:07.84		

备注：运动成绩查分就低不就高

表 3-2 女子 400 米跑分值与成绩表

成绩单位：秒

分值	成绩	分值	成绩	分值	成绩
80	01:03.24	53	01:08.64	26	01:18.64
79	01:03.44	52	01:08.84	25	01:19.04
78	01:03.64	51	01:09.24	24	01:19.44
77	01:03.84	50	01:09.44	23	01:19.84
76	01:04.04	49	01:09.64	22	01:20.24
75	01:04.24	48	01:09.84	21	01:20.64
74	01:04.44	47	01:10.24	20	01:21.04
73	01:04.64	46	01:10.64	19	01:21.44
72	01:04.84	45	01:11.04	18	01:21.84
71	01:05.04	44	01:11.44	17	01:22.24
70	01:05.24	43	01:11.84	16	01:22.64
69	01:05.44	42	01:12.24	15	01:23.04
68	01:05.64	41	01:12.64	14	01:23.44
67	01:05.84	40	01:13.04	13	01:23.84
66	01:06.04	39	01:13.44	12	01:24.24

65	01:06.24	38	01:13.84	11	01:24.64
64	01:06.44	37	01:14.24	10	01:25.04
63	01:06.64	36	01:14.64	9	01:25.44
62	01:06.84	35	01:15.04	8	01:25.84
61	01:07.04	34	01:15.44	7	01:26.24
60	01:07.24	33	01:15.84	6	01:26.64
59	01:07.44	32	01:16.24	5	01:27.04
58	01:07.64	31	01:16.64	4	01:27.44
57	01:07.84	30	01:17.04	3	01:27.84
56	01:08.04	29	01:17.44	2	01:28.24
55	01:08.24	28	01:17.84	1	01:29.24
54	01:08.44	27	01:18.24		

备注：运动成绩查分就低不就高