体能测评具体内容和标准如下：

1. 男子组

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 项目 | 标准 | |
| 30岁（含）以下 | 31岁（含）以上 |
| 10米×4往返跑 | ≤13＂1 | ≤13＂4 |
| 1000米跑 | ≤4＇25＂ | ≤4＇35＂ |
| 纵跳摸高 | ≥265厘米 | |

（2）女子组

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 项目 | 标准 | |
| 30岁（含）以下 | 31岁（含）以上 |
| 10米×4往返跑 | ≤14＂1 | ≤14＂4 |
| 800米跑 | ≤4＇20＂ | ≤4＇30＂ |
| 纵跳摸高 | ≥230厘米 | |