测试项目与分值

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 项目 | 测试内容 | 分值 |
| 1 | 助跑摸高 | 30分 |
| 2 | 往返运球单手低手投篮球 | 35分 |
| 3 | 1分钟自投自抢投篮 | 35分 |