

400 米跑

项 目	400 米跑
分 值	40 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
40	53.24	26.5	58.64	13	01:08.24
39.5	53.44	26	58.84	12.5	01:08.64
39	53.64	25.5	59.04	12	01:09.04
38.5	53.84	25	59.24	11.5	01:09.44
38	54.04	24.5	59.44	11	01:09.84
37.5	54.24	24	59.64	10.5	01:10.24
37	54.44	23.5	01:00.04	10	01:10.64
36.5	54.64	23	01:00.44	9.5	01:11.04
36	54.84	22.5	01:00.84	9	01:11.44
35.5	55.04	22	01:01.24	8.5	01:11.84
35	55.24	21.5	01:01.64	8	01:12.24
34.5	55.44	21	01:02.04	7.5	01:12.64
34	55.64	20.5	01:02.44	7	01:13.04

33.5	55.84	20	01:02.84	6.5	01:13.44
33	56.04	19.5	01:03.04	6	01:13.84
32.5	56.24	19	01:03.44	5.5	01:14.24
32	56.44	18.5	01:03.84	5	01:14.64
31.5	56.64	18	01:04.24	4.5	01:15.04
31	56.84	17.5	01:04.64	4	01:15.44
30.5	57.04	17	01:05.04	3.5	01:15.84
30	57.24	16.5	01:05.44	3	01:16.24
29.5	57.44	16	01:05.84	2.5	01:16.64
29	57.64	15.5	01:06.24	2	01:17.04
28.5	57.84	15	01:06.64	1.5	01:17.44
28	58.04	14.5	01:07.04	1	01:17.84
27.5	58.24	14	01:07.44	0.5	01:18.24
27	58.44	13.5	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
40	01:03.24	26.5	01:08.64	13	01:18.64
39.5	01:03.44	26	01:08.84	12.5	01:19.04
39	01:03.64	25.5	01:09.24	12	01:19.44
38.5	01:03.84	25	01:09.44	11.5	01:19.84
38	01:04.04	24.5	01:09.64	11	01:20.24
37.5	01:04.24	24	01:09.84	10.5	01:20.64
37	01:04.44	23.5	01:10.24	10	01:21.04
36.5	01:04.64	23	01:10.64	9.5	01:21.44
36	01:04.84	22.5	01:11.04	9	01:21.84
35.5	01:05.04	22	01:11.44	8.5	01:22.24
35	01:05.24	21.5	01:11.84	8	01:22.64
34.5	01:05.44	21	01:12.24	7.5	01:23.04
34	01:05.64	20.5	01:12.64	7	01:23.44
33.5	01:05.84	20	01:13.04	6.5	01:23.84
33	01:06.04	19.5	01:13.44	6	01:24.24

32.5	01:06.24	19	01:13.84	5.5	01:24.64
32	01:06.44	18.5	01:14.24	5	01:25.04
31.5	01:06.64	18	01:14.64	4.5	01:25.44
31	01:06.84	17.5	01:15.04	4	01:25.84
30.5	01:07.04	17	01:15.44	3.5	01:26.24
30	01:07.24	16.5	01:15.84	3	01:26.64
29.5	01:07.44	16	01:16.24	2.5	01:27.04
29	01:07.64	15.5	01:16.64	2	01:27.44
28.5	01:07.84	15	01:17.04	1.5	01:27.84
28	01:08.04	14.5	01:17.44	1	01:28.24
27.5	01:08.24	14	01:17.84	0.5	01:29.24
27	01:08.44	13.5	01:18.24		

备注：运动成绩查分就低不就高