

測試項目計分表中學男生

男 歲數: 12 or below

百分位值(%)	3	10	25	50	75	90
成績及得分	0	1	2	3	4	5
*體高(厘米)	138.4	143.8	149.5	154.8	160.4	165.5
*體重(千克)	30.5	34.2	39.4	45.8	54.2	63.1
% 體脂肪	6.0	8.6	11.6	15.8	23.2	29.9
* 三頭肌及小腿內側皮摺厚度合計(毫米)	11.0	13.1	15.9	22.3	32.9	44.3
坐地前伸(厘米)	11	14	19	24	28	32
半分鐘仰臥引體上升(次)	0	0	2	7	13	19
仰臥起坐(一分鐘內次數)	6	13	22	28	35	40
掌上壓(次數)	0	0	1	4	11	19
9分鐘耐力跑/行(米)	960	1070	1190	1320	1480	1610
15米漸進式心肺耐力跑(次)	9	12	17	24	33	44

男 歲數: 13

百分位值(%)	3	10	25	50	75	90
成績及得分	0	1	2	3	4	5
*體高(厘米)	146.8	152.7	157.2	162.6	167.3	170.8
*體重(千克)	35.9	39.5	44.4	50.4	59.1	70.0
% 體脂肪	5.5	7.9	10.6	14.4	20.3	29.5
* 三頭肌及小腿內側皮摺厚度合計(毫米)	10.9	12.2	15.5	20.3	28.7	42.6
坐地前伸(厘米)	9	13	19	24	28	33
半分鐘仰臥引體上升(次)	0	0	3	9	15	22
仰臥起坐(一分鐘內次數)	8	17	24	31	36	42
掌上壓(次數)	0	0	1	7	15	23
9分鐘耐力跑/行(米)	960	1060	1220	1370	1530	1680
百分位值(%)	11	15	21	30	41	51

男 歲數: 14

百分位值(%)	3	10	25	50	75	90
成績及得分	0	1	2	3	4	5
*體高(厘米)	152.5	157.8	162.0	166.8	171.6	176.0
*體重(千克)	38.5	42.9	47.9	53.9	62.3	73.9
% 體脂肪	5.0	6.0	9.2	13.5	19.3	26.1
* 三頭肌及小腿內側皮摺厚度合計(毫米)	10.1	11.6	14.3	18.5	26.8	37.0
坐地前伸(厘米)	9	13	18	25	31	36
半分鐘仰臥引體上升(次)	0	2	7	12	18	23
仰臥起坐(一分鐘內次數)	14	20	25	31	37	42
掌上壓(次數)	0	0	4	11	19	28
9分鐘耐力跑/行(米)	1050	1130	1290	1440	1600	1770
百分位值(%)	14	19	25	33	46	58

男 歲數: 15

百分位值(%)	3	10	25	50	75	90
成績及得分	0	1	2	3	4	5
*體高(厘米)	158.5	162.4	166.0	169.6	173.5	177.0
*體重(千克)	43.7	47.1	50.7	56.2	65.1	75.9
% 體脂肪	5	6.5	9.4	13.7	19.7	26.9
* 三頭肌及小腿內側皮摺厚度合計(毫米)	9.7	11.4	13.9	17.8	25.4	35.4
坐地前伸(厘米)	10	14	20	26	33	38
半分鐘仰臥引體上升(次)	0	4	8	14	20	24
仰臥起坐(一分鐘內次數)	16	22	27	33	39	45
<b>掌上壓</b> (次數)	0	1	7	15	23	30
9分鐘耐力跑/行(米)	1020	1200	1340	1500	1640	1790
百分位值(%)	17	21	29	38	48	62

男 歲數: 16

百分位值(%)	3	10	25	50	75	90
成績及得分	0	1	2	3	4	5
*體高(厘米)	160.0	163.0	166.5	170.5	175.0	178.0
*體重(千克)	44.4	48.4	53.2	58.2	65.0	74.6
% 體脂肪	5.0	5.8	9.2	13.7	18.9	23.0
* 三頭肌及小腿內側皮摺厚度合計(毫米)	9.1	11.2	13.7	17.6	26.0	36.1
坐地前伸(厘米)	10	16	20	27	33	39
半分鐘仰臥引體上升(次)	1	5	10	15	21	26
仰臥起坐(一分鐘內次數)	17	21	26	32	40	45
<b>掌上壓</b> (次數)	0	2	9	16	23	30
9分鐘耐力跑/行(米)	1020	1210	1350	1480	1630	1760
百分位值(%)	19	23	31	39	50	59

男 歲數: 17

百分位值(%)	3	10	25	50	75	90
成績及得分	0	1	2	3	4	5
*體高(厘米)	161.7	164.4	167.5	171.5	175.5	179.0
*體重(千克)	46.9	50.0	55.3	61.3	68.0	76.2
% 體脂肪	5.0	6.9	10.4	14.9	18.9	23.5
* 三頭肌及小腿內側皮摺厚度合計(毫米)	9.3	10.5	13.1	17.2	24.8	34.9
坐地前伸(厘米)	10	15	22	29	35	40
半分鐘仰臥引體上升(次)	1	7	11	17	22	27
仰臥起坐(一分鐘內次數)	17	22	29	34	40	45
<b>掌上壓</b> (次數)	0	4	10	19	27	33
9分鐘耐力跑/行(米)	980	1270	1390	1560	1720	1840
百分位值(%)	18	23	32	41	53	62

男 歲數: 18 or above

百分位值(%)	3	10	25	50	75	90
成績及得分	0	1	2	3	4	5
*體高(厘米)	159.5	163.7	167.1	171.0	174.7	178.4
*體重(千克)	48.2	51.2	55.3	60.3	66.9	74.8
% 體脂肪	5.6	8.5	11.1	14.1	18.3	23.0
* 三頭肌及小腿內側皮摺厚度合計(毫米)	8.4	10.1	12.6	16.5	23.2	31.3
坐地前伸(厘米)	10	16	22	29	35	40
半分鐘仰臥引體上升(次)	2	8	12	18	23	29
仰臥起坐(一分鐘內次數)	17	22	29	34	40	46
<b>掌上壓</b> (次數)	1	5	11	20	30	35
9分鐘耐力跑/行(米)	1120	1280	1420	1590	1710	1840
百分位值(%)	19	25	33	42	53	62