

測量項目計分表---小學男生

六歲或以下男生

	百分位值(%)				
項目	10	25	50	75	90
*身高(厘米)	113.0	115.4	119.0	122.5	125.5
*體重(千克)	18	19.6	21.5	24.1	27.3
水平級別及得分	1	2	3	4	5
一分鐘仰臥起坐(次)	0	5	13	18	22
坐前伸(厘米)	16	20	24	27	31
手握力 左+右(千克)	12.5	14.0	16.5	19.5	21.5
六分鐘跑/步行(米)	640	710	770	840	890
十五米漸進式心肺耐力跑(轉數)	7	9	10	12	16
傾斜式引體向上(次)	0	1	4	9	13
*身高、體重只作參考，毋須計算得分。					

七歲男生

	百分位值(%)				
項目	10	25	50	75	90
*身高(厘米)	117.2	120.0	124.2	128.4	132.1
*體重(千克)	19.7	21.4	23.8	27.3	33.5
水平級別及得分	1	2	3	4	5
一分鐘仰臥起坐(次)	4	11	17	22	26
坐前伸(厘米)	16	20	25	28	32
手握力 左+右(千克)	14.0	17.0	19.5	23.0	26.0
六分鐘跑/步行(米)	670	740	820	890	940
十五米漸進式心肺耐力跑(轉數)	9	10	12	16	22
傾斜式引體向上(次)	0	1	6	11	15
*身高、體重只作參考，毋須計算得分。					

八歲男生

	百分位值(%)				
項目	10	25	50	75	90
*身高(厘米)	122.7	126.8	130.5	135.0	139.2
*體重(千克)	21.9	24	27.5	32.7	39.4
水平級別及得分	1	2	3	4	5
一分鐘仰臥起坐(次)	6	13	19	24	29
坐前伸(厘米)	14	18	23	27	31
手握力 左+右(千克)	16.5	19.5	22.0	26.0	29.0
六分鐘跑/步行(米)	670	750	820	900	970
十五米漸進式心肺耐力跑(轉數)	9	10	14	20	30
傾斜式引體向上(次)	0	2	6	12	17
*身高、體重只作參考，毋須計算得分。					

測量項目計分表---小學男生

九歲男生

	百分位值(%)				
項目	10	25	50	75	90
*身高(厘米)	128.0	131.6	136.3	140.5	144.1
*體重(千克)	24.3	26.7	31	36.7	44.7
水平級別及得分	1	2	3	4	5
一分鐘仰臥起坐(次)	10	15	21	26	32
坐前伸(厘米)	13	18	23	28	32
手握力 左+右(千克)	19.0	22.5	26.0	29.5	33.0
九分鐘跑/步行(米)	960	1090	1200	1320	1440
十五米漸進式心肺耐力跑(轉數)	10	13	18	27	36
傾斜式引體向上(次)	0	2	6	12	17
*身高、體重只作參考，毋須計算得分。					

十歲男生

	百分位值(%)				
項目	10	25	50	75	90
*身高(厘米)	133.0	137.0	141.2	145.8	150.6
*體重(千克)	26.9	29.9	34.5	42.3	49.1
水平級別及得分	1	2	3	4	5
一分鐘仰臥起坐(次)	10	15	22	28	32
坐前伸(厘米)	11	16	21	27	32
手握力 左+右(千克)	21.5	24.5	29.0	33.0	36.5
九分鐘跑/步行(米)	970	1100	1210	1340	1450
十五米漸進式心肺耐力跑(轉數)	10	13	19	29	42
傾斜式引體向上(次)	0	1	6	12	18
*身高、體重只作參考，毋須計算得分。					

十一歲男生

	百分位值(%)				
項目	10	25	50	75	90
*身高(厘米)	138.7	143.0	148.2	153.7	159.4
*體重(千克)	29.3	32.7	40.1	48.5	59.8
水平級別及得分	1	2	3	4	5
一分鐘仰臥起坐(次)	11	17	24	29	35
坐前伸(厘米)	11	15	21	26	31
手握力 左+右(千克)	23.5	28.0	33.0	39.0	44.0
九分鐘跑/步行(米)	980	1100	1260	1380	1510
十五米漸進式心肺耐力跑(轉數)	11	17	23	36	52
傾斜式引體向上(次)	0	1	6	12	17
*身高、體重只作參考，毋須計算得分。					

測量項目計分表---小學男生

十二歲或以上男生

	百分位值(%)				
項目	10	25	50	75	90
*身高(厘米)	144.5	149.3	155.8	160.5	164.2
*體重(千克)	32.4	38.4	47.1	54.7	63
水平級別及得分	1	2	3	4	5
一分鐘仰臥起坐(次)	14	20	25	32	39
坐前伸(厘米)	13	16	21	26	31
手握力 左+右(千克)	30.0	32.5	39.5	46.5	57.5
九分鐘跑/步行(米)	960	1070	1210	1440	1530
十五米漸進式心肺耐力跑(轉數)	11	19	30	43	58
傾斜式引體向上(次)	0	2	10	15	25
*身高、體重只作參考，毋須計算得分。					