

測量項目計分表---小學男生

六歲男生

項目	百分位值(%)				
	10	25	50	75	90
*體高 (厘米)	111.1	115.0	118.5	122.0	126.2
*體重 (千克)	18.7	20.1	22.2	25.1	29.4
* 三頭肌及小腿內側 皮摺厚度合計 (毫米)	12.0	14.5	17.8	23.3	31.0
水平級別及得分	1	2	3	4	5
仰臥起坐 (一分鐘內次數)	1	5	11	16	22
坐地前伸 (厘米)	17.0	20.0	24.0	28.0	31.0
手握力(千克) 左右手合計	11.0	13.5	17.0	20.0	23.0
仰臥引體上升(次)	0	2	4	8	13
六分鐘耐力跑/行 (米)	640	710	780	830	900
15 米 漸進式心肺耐力跑(次)	5	8	9	10	11
總得分					

* 體高、體重及皮摺厚度只作參考，毋須計算得分

七歲男生

項目	百分位值(%)				
	10	25	50	75	90
*體高 (厘米)	118.1	121.0	124.7	128.6	132.8
*體重 (千克)	20.5	22.1	25.1	30.0	34.9
* 三頭肌及小腿內側 皮摺厚度合計 (毫米)	12.0	14.8	18.0	24.6	33.0
水平級別及得分	1	2	3	4	5
仰臥起坐 (一分鐘內次數)	3	9	14	20	25
坐地前伸 (厘米)	17.0	20.0	24.0	28.0	32.0
手握力(千克) 左右手合計	11.5	16.5	20.0	23.0	27.0
仰臥引體上升(次)	0	3	5	10	14
六分鐘耐力跑/行 (米)	660	730	800	880	960
15 米 漸進式心肺耐力跑(次)	8	9	10	11	15
總得分					

* 體高、體重及皮摺厚度只作參考，毋須計算得分

測量項目計分表---小學男生

八歲男生

項目	成績及得分	百分位值(%)				
		10	25	50	75	90
	*體高 (厘米)	122.3	125.4	130.0	133.9	137.9
	*體重 (千克)	22.4	24.5	27.7	33.3	40.0
	* 三頭肌及小腿內側 皮摺厚度合計 (毫米)	12.8	15.0	20.0	28.0	37.0
	水平級別及得分	1	2	3	4	5
	仰臥起坐 (一分鐘內次數)	6	12	18	23	29
	坐地前伸 (厘米)	16.0	20.0	24.0	28.0	32.0
手握力(千克)	左右手合計	15.5	19.1	23.0	27.4	31.0
	仰臥引體上升(次)	1	2	6	10	14
	六分鐘耐力跑/行 (米)	680	760	840	910	1010
	15 米 漸進式心肺耐力跑(次)	8	10	12	16	20
	總得分					

* 體高、體重及皮摺厚度只作參考，毋須計算得分

九歲男生

項目	成績及得分	百分位值(%)				
		10	25	50	75	90
	*體高 (厘米)	128.0	131.5	135.5	139.7	143.5
	*體重 (千克)	24.6	27.4	31.9	37.9	44.8
	* 三頭肌及小腿內側 皮摺厚度合計 (毫米)	13.0	16.3	22.6	31.5	41.5
	水平級別及得分	1	2	3	4	5
	仰臥起坐 (一分鐘內次數)	6	12	19	25	31
	坐地前伸 (厘米)	14.0	18.0	23.0	28.0	31.0
手握力(千克)	左右手合計	19.0	22.0	26.0	30.1	34.0
	仰臥引體上升(次)	1	3	5	11	17
	九分鐘耐力跑/行 (米)	980	1080	1200	1340	1500
	15 米 漸進式心肺耐力跑(次)	9	10	13	19	23
	總得分					

* 體高、體重及皮摺厚度只作參考，毋須計算得分

測量項目計分表---小學男生

十歲男生

項目	成績及得分	百分位值(%)				
		10	25	50	75	90
	*體高 (厘米)	132.2	136.0	140.5	145.5	150.0
	*體重 (千克)	27.4	30.1	35.6	43.7	52.6
	* 三頭肌及小腿內側 皮摺厚度合計 (毫米)	14.0	17.0	25.0	34.6	44.5
	水平級別及得分	1	2	3	4	5
	仰臥起坐 (一分鐘內次數)	8	15	20	27	31
	坐地前伸 (厘米)	13.0	17.0	22.0	27.0	32.0
手握力(千克)	左右手合計	21.5	25.0	30.0	34.0	39.0
	仰臥引體上升(次)	1	3	7	12	16
	九分鐘耐力跑/行 (米)	1010	1120	1230	1370	1520
	15 米 漸進式心肺耐力跑(次)	9	12	16	22	30
	總得分					

* 體高、體重及皮摺厚度只作參考，毋須計算得分

十一歲男生

項目	成績及得分	百分位值(%)				
		10	25	50	75	90
	*體高 (厘米)	137.7	141.6	146.7	152.3	158.0
	*體重 (千克)	30.2	34.5	41.4	49.6	58.0
	* 三頭肌及小腿內側 皮摺厚度合計 (毫米)	14.0	18.0	24.9	36.0	46.5
	水平級別及得分	1	2	3	4	5
	仰臥起坐 (一分鐘內次數)	10	16	23	29	35
	坐地前伸 (厘米)	13.0	17.0	22.0	27.0	31.0
手握力(千克)	左右手合計	24.0	29.0	34.0	39.0	46.0
	仰臥引體上升(次)	1	3	6	12	17
	九分鐘耐力跑/行 (米)	1010	1140	1280	1440	1610
	15 米 漸進式心肺耐力跑(次)	11	15	20	26	33
	總得分					

* 體高、體重及皮摺厚度只作參考，毋須計算得分

測量項目計分表---小學男生

十二歲男生

項目	成績及得分	百分位值(%)				
		10	25	50	75	90
	*體高 (厘米)	142.0	146.5	152.0	157.7	164.5
	*體重 (千克)	31.4	37.4	42.9	54.0	61.8
	* 三頭肌及小腿內側 皮摺厚度合計 (毫米)	13.3	16.8	22.6	33.9	43.5
	水平級別及得分	1	2	3	4	5
	仰臥起坐 (一分鐘內次數)	13	20	26	32	38
	坐地前伸 (厘米)	12.0	17.0	21.0	26.0	31.4
	手握力(千克) 左右手合計	25.9	32.0	39.0	46.0	54.2
	仰臥引體上升(次)	2	5	10	17	21
	九分鐘耐力跑/行 (米)	1070	1200	1360	1520	1640
	15 米 漸進式心肺耐力跑(次)	12	15	20	27	32
	總得分					

* 體高、體重及皮摺厚度只作參考，毋須計算得分