

臺北市府教育局 115 年 4 月 29 日北市教體字第 11530603962 號函核定

## 臺北市立麗山國民中學體育班甄試體能測驗常模參照量表 (94 年修訂)

分數	50M (秒)		跳繩 (次)		立定跳 (CM)		曲折跑(秒)		100M (秒)		200M (秒)		800M (分·秒)		跳遠 (M)		跳高 (M)		壘球擲遠 (M)	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
<b>100</b>	<u>6.5</u>	<u>7.0</u>	<u>100</u>	<u>90</u>	<u>240</u>	<u>210</u>	<u>8.0</u>	<u>8.5</u>	<u>13.0</u>	<u>14.0</u>	<u>27.5</u>	<u>30.0</u>	<u>2.40</u>	<u>3.10</u>	<u>4.5</u>	<u>4.0</u>	<u>1.40</u>	<u>1.25</u>	<u>55</u>	<u>40</u>
99	6.6	7.1	98	88					13.1	14.1	27.7	30.2	2.42	3.12						
98	6.7	7.2	96	86			8.1	8.6	13.2	14.2	27.9	30.4	2.44	3.14	4.4	3.9	1.39	1.24	54	39
97	6.8	7.3	94	84	235	205			13.3	14.3	28.1	30.6	2.46	3.16						
96	6.9	7.4	92	82			8.2	8.7	13.4	14.4	28.3	30.8	2.48	3.18	4.3	3.8	1.38	1.23	53	38
<b>95</b>	<u>7.0</u>	<u>7.5</u>	<u>90</u>	<u>80</u>	<u>230</u>	<u>200</u>			<u>13.5</u>	<u>14.5</u>	<u>28.5</u>	<u>31.0</u>	<u>2.50</u>	<u>3.20</u>						
94	7.1	7.6	88	78			8.3	8.8	13.6	14.6	28.7	31.2	2.52	3.22	4.2	3.7	1.37	1.22	52	37
93	7.2	7.7	86	76					13.7	14.7	28.9	31.4	2.54	3.24						
92	7.3	7.8	84	74	225	195	8.4	8.9	13.8	14.8	29.1	31.6	2.56	3.26	4.1	3.6	1.36	1.21	51	36
91	7.4	7.9	82	72					13.9	14.9	29.3	31.8	2.58	3.28						
<b>90</b>	<u>7.5</u>	<u>8.0</u>	<u>80</u>	<u>70</u>	<u>220</u>	<u>190</u>	<u>8.5</u>	<u>9.0</u>	<u>14.0</u>	<u>15.0</u>	<u>29.5</u>	<u>32.0</u>	<u>3.00</u>	<u>3.30</u>	<u>4.0</u>	<u>3.5</u>	<u>1.35</u>	<u>1.20</u>	<u>50</u>	<u>35</u>
89	7.6	8.1	78	68					14.1	15.1	29.7	32.2	3.02	3.32			1.34	1.19		
88	7.7	8.2	76	66			8.6	9.1	14.2	15.2	29.9	32.4	3.04	3.34	3.9	3.4	1.33	1.18	49	34
87	7.8	8.3	74	64	215	185			14.3	15.3	30.1	32.6	3.06	3.36			1.32	1.17		
86	7.9	8.4	72	62			8.7	9.2	14.4	15.4	30.3	32.8	3.08	3.38	3.8	3.3	1.31	1.16	48	33
<b>85</b>	<u>8.0</u>	<u>8.5</u>	<u>70</u>	<u>60</u>	<u>210</u>	<u>180</u>			<u>14.5</u>	<u>15.5</u>	<u>30.5</u>	<u>33.0</u>	<u>3.10</u>	<u>3.40</u>			<u>1.30</u>	<u>1.15</u>		
84	8.1	8.6	68	58			8.8	9.3	14.6	15.6	30.7	33.2	3.15	3.45	3.7	3.2	1.29	1.14	47	32
83	8.2	8.7	66	56					14.7	15.7	30.9	33.4	3.20	3.50			1.28	1.13		
82	8.3	8.8	64	54	205	175	8.9	9.4	14.8	15.8	31.1	33.6	3.25	3.55	3.6	3.1	1.27	1.12	46	31
81	8.4	8.9	62	52					14.9	15.9	31.3	33.8	3.30	4.00			1.26	1.11		
<b>80</b>	<u>8.5</u>	<u>9.0</u>	<u>60</u>	<u>50</u>	<u>200</u>	<u>170</u>	<u>9.0</u>	<u>9.5</u>	<u>15.0</u>	<u>16.0</u>	<u>31.5</u>	<u>34.0</u>	<u>3.35</u>	<u>4.05</u>	<u>3.5</u>	<u>3.0</u>	<u>1.25</u>	<u>1.10</u>	<u>45</u>	<u>30</u>
79	8.6	9.1	58	48					15.1	16.1	31.7	34.2	3.40	4.10			1.24	1.09	44	29
78	8.7	9.2	56	46			9.1	9.6	15.2	16.2	31.9	34.4	3.45	4.15			1.23	1.08	43	28
77	8.8	9.3	54	44	195	165			15.3	16.3	32.1	34.6	3.50	4.20	3.4	2.9	1.22	1.07	42	27
76	8.9	9.4	52	42			9.2	9.7	15.4	16.4	32.3	34.8	3.55	4.25			1.21	1.06	41	26
<b>75</b>	<u>9.0</u>	<u>9.5</u>	<u>50</u>	<u>40</u>	<u>190</u>	<u>160</u>			<u>15.5</u>	<u>16.5</u>	<u>32.5</u>	<u>35.0</u>	<u>4.00</u>	<u>4.30</u>			<u>1.20</u>	<u>1.05</u>	<u>40</u>	<u>25</u>
74	9.1	9.6	48	38			9.3	9.8	15.6	16.6	32.7	35.2	4.05	4.35	3.3	2.8	1.19	1.04	39	24
73	9.2	9.7	46	36					15.7	16.7	32.9	35.4	4.10	4.40			1.18	1.03	38	23
72	9.3	9.8	44	34	185	155	9.4	9.9	15.8	16.8	33.0	35.5	4.15	4.45			1.17	1.02	37	22
71	9.4	9.9	42	32					15.9	16.9	33.1	35.6	4.20	4.50	3.2	2.7	1.16	1.01	36	21
<b>70</b>	<u>9.5</u>	<u>10</u>	<u>40</u>	<u>30</u>	<u>180</u>	<u>150</u>	<u>9.5</u>	<u>10</u>	<u>16.0</u>	<u>17.0</u>	<u>33.2</u>	<u>35.7</u>	<u>4.25</u>	<u>4.55</u>			<u>1.15</u>	<u>1.00</u>	<u>35</u>	<u>20</u>
69	9.6	10.1	38	28					16.1	17.1	33.3	35.8	4.30	5.00			1.14	0.99	34	19
68	9.7	10.2	36	26			9.6	10.1	16.2	17.2	33.4	35.9	4.35	5.05	3.1	2.6	1.13	0.98	33	18
67	9.8	10.3	34	24	175	145			16.3	17.3	33.5	36.0	4.40	5.10			1.12	0.97	32	17
66	9.9	10.4	32	22			9.7	10.2	16.4	17.4	33.6	36.1	4.45	5.15			1.11	0.96	31	16
<b>65</b>	<u>10</u>	<u>10.5</u>	<u>30</u>	<u>20</u>	<u>170</u>	<u>140</u>			<u>16.5</u>	<u>17.5</u>	<u>33.7</u>	<u>36.2</u>	<u>4.50</u>	<u>5.20</u>	<u>3.0</u>	<u>2.5</u>	<u>1.10</u>	<u>0.95</u>	<u>30</u>	<u>15</u>
64					160	130	9.8	10.3	16.6	17.6	33.8	36.3	4.55	5.25			1.09	0.94	29	14
63					150	120			16.7	17.7	33.9	36.4	5.00	5.30			1.08	0.93	28	13