

13-16 歲體適能各單項檢測成績門檻標準

項目	獎章	男生				女生			
		13 歲	14 歲	15 歲	16 歲	13 歲	14 歲	15 歲	16 歲
肌耐力： 仰臥捲腹 (單位：次)	金質 PR85	46	48	50	50	40	40	40	41
	銀質 PR75	40	40	42	42	32	32	32	33
	銅質 PR50	26	28	30	30	21	21	21	24
	中等 PR25	16	18	20	21	12	12	13	14
	待加強PR5	3	4	5	6	2	2	2	2
柔軟度： 坐姿體前彎 (單位：公分)	金質 PR85	33	34	35	36	39	40	42	42
	銀質 PR75	30	31	32	33	35	37	38	39
	銅質 PR50	24	25	25	26	30	30	31	32
	中等 PR25	18	18	18	18	24	23	25	24
	待加強PR5	11	10	9	8	14	14	14	14
瞬發力： 立定跳遠 (單位：公分)	金質 PR85	200	213	221	230	164	165	168	172
	銀質 PR75	190	203	213	220	155	155	158	163
	銅質 PR50	170	185	195	200	138	138	140	145
	中等 PR25	148	165	175	180	120	122	125	127
	待加強PR5	120	132	137	148	101	100	105	107
心肺耐力 男 1600M 女 800M (單位：分' 秒)	金質 PR85	7'54	7'28	7'18	7'09	4'03	4'10	4'06	4'03
	銀質 PR75	8'20	7'57	7'46	7'32	4'16	4'23	4'19	4'14
	銅質 PR50	9'50	9'14	8'53	8'27	4'43	4'49	4'47	4'38
	中等 PR25	11'16	10'59	10'19	9'38	5'16	5'23	5'20	5'11
	待加強PR5	13'16	13'26	12'57	11'55	6'08	6'25	6'16	6'16
漸速 耐力跑 (單位：趟)	金質 PR85	76	80	89	89	53	53	54	54
	銀質 PR75	65	69	74	77	44	44	45	47
	銅質 PR50	47	51	54	54	30	31	32	33
	中等 PR25	32	34	38	40	23	23	24	25
	待加強PR5	14	15	18	19	13	12	13	12

彰化縣免試入學超額比序「體適能」配分標準

體適能(上限 6 分)，每單項銅牌以上者各 2 分，每單項中等或待加強各 1 分。	
備註	1. 排除身體質量指數，其餘四項任採三項。 2. 持有各級主管機關特殊教育學生鑑定及就學輔導會鑑定為身心障礙學生之證明，或領有身心障礙手冊（證明）者，或持有衛福部重大傷病卡（證明）之學生比照銅牌。 3. 其他因身體羸弱持有證明未檢測者比招待加強。 4. 擇優採計國中在學期間(七上開學日起，至九下開學前一日止)之檢測成績。 5. 年齡計算方式以 7 個月為界，檢測年月與出生年月相減所得月分達 7 以上則進升一歲。