

50 公尺游泳測驗成績配分標準表

成績	男(秒)	女(秒)	成績	男(秒)	女(秒)
100	30	40	79	63	93
99	31	41	78	66	96
98	32	42	77	69	99
97	33	43	76	72	102
96	34	44	75	75	105
95	35	45	74	78	108
94	36	48	73	81	111
93	37	51	72	84	114
92	38	54	71	87	117
91	39	57	70	90	120
90	40	60	69	93	123
89	41	63	68	96	126
88	42	66	67	99	129
87	43	69	66	102	132
86	44	72	65	105	135
85	45	75	64	108	138
84	48	78	63	111	141
83	51	81	62	114	144
82	54	84	61	117	147
81	57	87	60	118 以上游完 全程	148 以上游完 全程
80	60	90	0	無法游完	

備註：游泳需會換氣。

3000 公尺徒手跑步測驗成績配分標準表

成績	男(分秒)	女(分秒)	成績	男(分秒)	女(分秒)	成績	男(分秒)	女(分秒)
100	10 : 40	12 : 40	81	13 : 45	15 : 45	62	15 : 20	17 : 20
99	10 : 50	12 : 50	80	13 : 50	15 : 50	61	15 : 25	17 : 25
98	11 : 00	13 : 00	79	13 : 55	15 : 55	60	15 : 30	17 : 30
97	11 : 10	13 : 10	78	14 : 00	16 : 00	0	15 : 31 以上	17 : 31 以上
96	11 : 20	13 : 20	77	14 : 05	16 : 05			
95	11 : 30	13 : 30	76	14 : 10	16 : 10			
94	11 : 40	13 : 40	75	14 : 15	16 : 15			
93	11 : 50	13 : 50	74	14 : 20	16 : 20			
92	12 : 00	14 : 00	73	14 : 25	16 : 25			
91	12 : 10	14 : 10	72	14 : 30	16 : 30			
90	12 : 20	14 : 20	71	14 : 35	16 : 35			
89	12 : 30	14 : 30	70	14 : 40	16 : 40			
88	12 : 40	14 : 40	69	14 : 45	16 : 45			
87	12 : 50	14 : 50	68	14 : 50	16 : 50			
86	13 : 00	15 : 00	67	14 : 55	16 : 55			
85	13 : 10	15 : 10	66	15 : 00	17 : 00			
84	13 : 20	15 : 20	65	15 : 05	17 : 05			
83	13 : 30	15 : 30	64	15 : 10	17 : 10			
82	13 : 40	15 : 40	63	15 : 15	17 : 15			

4 乘 25 公尺折返跑測驗成績配分標準表

成績	男(秒)	女(秒)	成績	男(秒)	女(秒)	成績	男(秒)	女(秒)
100	18" 00	20" 25	79	19" 55	22" 05	58	21" 60	23" 10
99	18" 10	20" 35	78	19" 60	22" 10	57	21" 65	23" 15
98	18" 20	20" 45	77	19" 65	22" 15	56	21" 70	23" 20
97	18" 30	20" 55	76	19" 70	22" 20	55	21" 75	23" 25
96	18" 40	20" 65	75	19" 75	22" 25	54	21" 80	23" 30
95	18" 50	20" 75	74	19" 80	22" 30	53	21" 85	23" 35
94	18" 60	20" 85	73	19" 85	22" 35	52	21" 90	23" 40
93	18" 70	20" 95	72	19" 90	22" 40	51	21" 95	23" 45
92	18" 80	21" 05	71	19" 95	22" 45	50	22" 00	23" 50
91	18" 90	21" 15	70	20" 00	22" 50	49	22" 05	23" 55
90	19" 00	21" 25	69	20" 15	22" 55	48	22" 10	23" 60
89	19" 05	21" 35	68	20" 30	22" 60	47	22" 15	23" 65
88	19" 10	21" 45	67	20" 45	22" 65	46	22" 20	23" 70
87	19" 15	21" 55	66	20" 60	22" 70	45	22" 25	23" 75
86	19" 20	21" 65	65	20" 75	22" 75	44	22" 30	23" 80
85	19" 25	21" 75	64	20" 90	22" 80	43	22" 35	23" 85
84	19" 30	21" 80	63	21" 05	22" 85	42	22" 40	23" 90
83	19" 35	21" 85	62	21" 20	22" 90	41	22" 45	23" 95
82	19" 40	21" 90	61	21" 35	22" 95	0	22" 46 以上	23" 96 以上
81	19" 45	21" 95	60	21" 50	23" 00			
80	19" 50	22" 00	59	21" 55	23" 05			

扶耳屈膝仰臥起坐測驗成績配分標準表

成績	男(次數)	女(次數)	成績	男(次數)	女(次數)	成績	男(次數)	女(次數)
100	85	80	79	64	59	58	43	38
99	84	79	78	63	58	57	42	37
98	83	78	77	62	57	56	41	36
97	82	77	76	61	56	55	40	35
96	81	76	75	60	55	54	39	34
95	80	75	74	59	54	53	38	33
94	79	74	73	58	53	52	37	32
93	78	73	72	57	52	51	36	31
92	77	72	71	56	51	50	35	30
91	76	71	70	55	50	49	34	29
90	75	70	69	54	49	48	33	28
89	74	69	68	53	48	47	32	27
88	73	68	67	52	47	46	31	26
87	72	67	66	51	46	45	30	25
86	71	66	65	50	45	44	29	24
85	70	65	64	49	44	43	28	23
84	69	64	63	48	43	42	27	22
83	68	63	62	47	42	41	26	21
82	67	62	61	46	41	0	未達 26	未達 21
81	66	61	60	45	40			
80	65	60	59	44	39			

備註：採計時 2 分鐘施測方式。

伏地挺身測驗成績配分標準表

成績	男(次數)	女(次數)	成績	男(次數)	女(次數)
100	65	40	59	44	19
98	64	39	58	43	18
96	63	38	57	42	17
94	62	37	56	41	16
92	61	36	55	40	15
90	60	35	54	39	14
88	59	34	53	38	13
86	58	33	52	37	12
84	57	32	51	36	11
82	56	31	50	35	10
80	55	30	49	34	9
78	54	29	48	33	8
76	53	28	47	32	7
74	52	27	46	31	6
72	51	26	45	30	5
70	50	25	44	29	4
68	49	24	43	28	3
66	48	23	42	27	2
64	47	22	41	26	1
62	46	21	0	未達 26	未達 1
60	45	20			

備註：男女施測方式不同。

引體向上測驗成績配分標準表

成績	男(次數)	女(次數)
100	16	16
95	15	15
90	14	14
85	13	13
80	12	12
75	11	11
70	10	10
65	9	9
60	8	8
55	7	7
50	6	6
45	5	5
40	4	4
35	3	3
30	2	2
25	1	1
0	0	0

備註：男女施測方式不同。