

體適能

十二年國民基本教育實現五育均衡發展的教育理念，將體適能納入超額比序項目，按照教育部公佈之體適能檢測項目，除身體質量指數外，下表是 13-16 歲各單項檢測成績門檻標準：

項目	男生				女生			
	13 歲	14 歲	15 歲	16 歲	13 歲	14 歲	15 歲	16 歲
一分鐘屈膝仰臥起坐(次)	29	30	32	33	23	22	22	23
坐姿體前彎(公分)	18	18	18	18	24	23	25	24
立定跳遠(公分)	148	165	175	180	120	122	125	127
800(女)/1600(男)公尺跑走(秒)	676	659	619	578	316	323	320	311

問題 1 (1 分)：

下表是台灣中小學男學生立定跳遠百分等級常模：

12-15 歲中小學男學生立定跳遠百分等級常模 (單位:公分)																			
百	5th	10th	15th	20th	25th	30th	35th	40th	45th	50th	55th	60th	65th	70th	75th	80th	85th	90th	95th
分																			
等																			
級	<< 待加強 >>				<< 中等 >>					 銅牌			 銀牌		 金牌				
年																			
齡																			
12	112	122	129	133	136	141	145	148	152	155	158	161	165	169	172	176	181	187	198
13	120	130	136	142	148	152	157	161	165	170	175	178	181	185	190	195	200	207	215
14	132	143	152	158	165	170	173	177	180	185	188	191	195	200	203	207	213	220	227
15	137	152	161	169	175	180	185	188	191	195	199	202	205	210	213	216	221	228	235

育成今年 13 歲，是位男生，請問他至少要跳多少公分，成績才算中等？

問題 2 (2 分)：

小碧今年 13 歲，是個女生，跑完 800 公尺花了 5 分 13 秒，請問小碧的成績有通過門檻標準嗎？請說明你的想法。

問題 3 (2 分) :

殷志今年 14 歲，是個男生，一分鐘屈膝仰臥起坐只能做 24 次，為了合乎標準，於是每天練習，假設一星期可以進步 2 次，請問他要花幾天才能達到標準？請說明你的想法。

問題 4 (2 分) :

阿福老師某一堂體育課有 18 個男生，年齡皆為 14 歲，測量立定跳遠，因時間不足，故一節課只測量了 6 位學生，成績分別為 165、143、191、180、207、173 公分，所以有男同學說：「我們班上沒有男同學的成績能達到跳遠金牌的標準」，根據問題 1 的表格，請問你同意他的說法嗎？請說明理由。