

## 百齡高中羽球項目測驗成績配分換算表

### 1. 專項體能

項目 給分	1分鐘 單迴旋跳繩	10公尺 折返跑	20秒 側併步
100	60 以上	4"70 以下	24 次以上
95	55-60	4"90	23
90	50-55	5"10	22
85	45-50	5"30	21
80	40-45	5"50	20
75	35-40	5"70	19
70	30-35	5"90	18
65	25-30	6"10	17
60	20-25	6"30	16
55	15-20	6"50	15
54	15 以下	6"70 以上	14 次以下

### 2. 基本技術測驗

觀測點：握拍方法、擊球前準備動作、擊球引拍動作、擊球點、擊球拍面角度  
 擊球發力技巧、動作協調性、對球控制能力

項目 給分	高遠球	平推球	切球	殺球	四角拉 吊跑動
100	A+	A+	A+	A+	A+
95	A	A	A	A	A
90	A-	A-	A-	A-	A-
85	B+	B+	B+	B+	B+
80	B	B	B	B	B
75	B-	B-	B-	B-	B-
70	C+	C+	C+	C+	C+
65	C	C	C	C	C
60	C-	C-	C-	C-	C-
55	E+	E+	E+	E+	E+
50	E 以下				

**百齡高中拳擊項目測驗成績配分換算表**

<b>成績</b>	<b>1分鐘跳繩</b>		<b>1分鐘沙袋</b>		<b>1分鐘空拳</b>	
	<b>男生</b>	<b>女生</b>	<b>男生</b>	<b>女生</b>	<b>男生</b>	<b>女生</b>
100	200	185	150	120	140	120
99	196	182	158	118	138	118
98	192	180	156	116	136	116
97	188	178	154	114	134	114
96	184	174	152	112	132	112
95	180	170	150	110	130	110
94	178	168	148	108	128	108
93	176	166	146	106	126	106
92	174	164	144	104	124	104
91	172	162	142	102	122	102
90	170	160	140	100	120	100
89	166	156	135	95	118	98
88	162	152	130	90	116	96
87	158	148	128	88	114	94
86	154	144	127	87	112	92
85	150	140	126	86	110	90
84	148	138	124	84	108	88
83	146	136	123	83	106	86
82	144	134	122	82	104	84
81	142	132	121	81	102	82
80	140	130	120	80	100	80
79	138	128	110	77	98	78
78	136	126	105	74	96	76
75	134	124	100	70	94	74
72	132	122	95	68	92	72
69	130	120	90	66	90	70
66	128	118	85	64	88	68
63	126	116	80	62	86	66
60	120	110	75	60	84	64
<b>附註</b>	男生 120 以下皆為 60 分 女生 110 以下皆為 60 分		男生 75 以下皆為 60 分 女生 60 以下皆為 60 分 加分:出拳速度 10 分、打擊力道 10 分如加分超過 100 分皆以 100 分計		男生 84 以下皆為 60 分 女生 64 以下皆為 60 分 加分:腳步 5 分閃躲 5 分動作 5 分力量 5 分如加分超過 100 皆以 100 分計	

## 百齡高中角力項目測驗成績配分換算表

30 秒動作摔倒	
1 個指定動作 1 個自選動作	
摔倒次數	給分
1	5
2	10
3	15
4	20
5	25
6	30
7	32
8	34
9	36
10	38
11	40
12	42
13	44
14	46
15	48
16 以上	50

# 百齡高中跆拳道項目測驗成績配分換算表

## 1. 對練組

(1) 跆拳道基本動作 50%：踢靶動作(防禦靶、速度靶)

每項動作操作 30 秒 X 2 趟(擇最優成績計算)

考試項目 分數	30 秒 自由踢擊/防禦靶 (25%)	30 秒 下壓踢擊/速度靶 (25%)
100	38 次以上	38 次以上
95	36-38	36-38
90	34-36	34-36
85	30-33	30-33
80	28-30	28-30
75	25-27	25-27
70	22-24	22-24
65	19-21	19-21
60	15-18	15-18
55	15 次以下	15 次以下

(2) 實戰對練 50%：

### ※報考對練組注意事項：

1. 請準備個人護具裝備：護手、護腳、護胸、護手套、牙套、褲檔、頭盔等裝備，缺一不可。
2. 打傳統護具，不需要電子襪。依照 2022 年 WTF 頒布最新規則遵循之。
3. 每位選手都需要打 1-2 場，每場 1 分 30 秒\*2 回合。
3. 對練結束還有面試，請勿擅自離開(準備國中階段獲獎的獎狀參考)。

## 2. 品勢組

(1) 基本動作 50%：基本動作--每項動作操作 60 秒 X 2 趟(擇最優成績計算)

考試項目 分數	60 秒 伏地挺身 (25%)	60 秒 仰臥起坐 (25%)
100	60 次以上	60 次以上
95	65-69	65-69
90	60-64	60-64
85	55-59	55-59
80	50-54	50-54
75	45-49	45-49
70	40-44	40-44
65	35-39	35-39
60	30-34	30-34
55	25-29	25-29
54	25 次以下	25 次以下

(2) 品勢 50%：品勢

1. 指定品勢 25%

現場指定兩個品勢--範圍：太極四章-高麗型

2. 抽測品勢 25%(與指定型不重複)

現場抽測兩個品勢--範圍：太極四章-高麗型