

臺北市立木柵國中 114學年度體育績優生（運動重點項目）甄選入學測驗項目及給分標準

壹、甄選條件

一、運動成績符合「臺北市公私立高級中等以下學校運動成績優良學生升學輔導辦法」之規定

二、設籍臺北市者。

三、招生名額:參照各項招生簡章

貳、甄選方式:

依各項目考試內容實施

參、測驗項目及給分標準說明

一、扯鈴

1. 基本體能與體態：(20分)

折返跑10次(5分)

秒數	60秒內	61-65秒	66-70秒	71-75秒	76-80秒
分數	5	4	3	2	1

翻跟斗側翻(5分):

姿態	動作流暢	腳部彎曲	手腳彎曲	未經倒立	其他
分數	5	4	3	2	1

前滾翻(5分)

姿態	動作流暢	手腳彎曲	動作偏離	未經倒立	其他
分數	5	4	3	2	1

柔軟度分腿(5分)

姿態	分腿臥地	角度不足 179-160度	角度不足 159-140度	角度不足 139-110度	其他
分數	5	4	3	2	1

2. 基礎動作：(40分)

上下運鈴與左右調鈴、大鵬展翅5下(10分)

次數	5下	4下	3下	3下	2下
分數	10	8	6	4	2

繞腳連續10圈(10分)

圈數	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
分數	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

左右逢源10下加鷓子翻身(10分)

次數	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
分數	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

3. 專長項目：(40分)

拋鈴自編組合動作(10分)

動作	拋鈴6下不移位	拋鈴跳繩	拋鈴旋轉	拋鈴翻滾	拋鈴打地
分數	6	1	1	1	1

自起雙鈴(14分)

動作	雙鈴運鈴4下	雙鈴運鈴20下	雙鈴運鈴40下
分數	4	5	5

雙龍出海6下(6分)

次數	6	5	4	3	2	1
分數	6	5	4	3	2	1

直立鈴自編組合動作10

動作	運鈴	運鈴2套動作	運鈴4套動作	運鈴6套動作
分數	2	2	3	3

籃球

1. 全場運球上籃20分

時間	30秒內	31-33秒	34-36秒	37-39秒	40-42秒	43-45秒	46-48秒
分數	20分	17分	14分	11分	8分	5分	0分

2. 一分鐘罰球線投籃20分

球數	10顆	8-9顆	6-7顆	5-4顆	4-3顆	2-1顆	0顆
分數	20分	17分	14分	11分	8分	5分	0分

3. 基本體能20分 400公尺

時間	60秒內	61-65秒	66-70秒	71-75秒	76-80秒	81-85秒	86-90秒	91-95秒	96-100秒
分數	20分	18分	16分	14分	12分	10分	8分	5分	0分

4. 分組比賽(40分)

## 溜冰

### 花式溜冰個人曲100分

1. 溜冰技巧(25分)、2. 動作串聯(25分)、3. 藝術表現(25分)、4. 音樂詮釋(25分)

#### 溜冰技巧(25分)

動作	選手組	選手四級	選手三級	選手二級	選手一級
分數	25	20	15	10	5

#### 動作串聯(25分):

身體穩定性	速度快 且流暢	速度中等可 順暢	速度中等可 穩定	速度慢 可穩定	速度慢 不穩定
分數	25	20	15	10	5

#### 藝術表現(25分)

身體柔軟性 及空間運用	特優	優	佳	普通	待加油
分數	25	20	15	10	5

#### 音樂詮釋(25分)

情感融入	特優	優	佳	普通	待加油
分數	25	20	15	10	5

## 跆拳道

品勢 60分 :

太極八章30分、高麗30分

計分標準同比賽標準，採扣分制，滿分為10分

成績達7.8	成績達7.6	成績達7.4	成績達7.2	成績達7.0	未達6.8
28分	25分	20分	18分	15分	0分

足技 40分 :

前踢10分、側踢10分、後踢10分、後旋10分

每個足技各佔10%，足技左右各踢5下，依照動作正確性、速度力量給予分