신체능력검사(필수평가) 기준표 (남학생)

신체능력검사(필수평가) 항목별 평가기준: 남자																									
	왕복오래달리기* (회)					오래달리기-걷기** (초)					스텝검사 (PEI)					앉아윗몸앞으로굽히기 (cm)					종합유연성 (점수)				
	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)
초4	19~25	26~44	45~68	69~95	96~103	초4는 실시하지 않음					초4는 실시하지 않음					초4는 실시하지 않음					4이하	5	6	7	8
초5	22~28	29~49	50~72	73~99	100~107	480~640	410~479	325~409	282~324	268~281	44.0~46.9	47.0~51.9	52.0~61.9	62.0~75.9	76.0~95.0	-5.1~-4.1	-4.0~0.9	1.0~4.9	5.0~7.9	8.0~18.0					
초6	22~31	32~53	54~77	78~103	104~112	450~587	380~449	315~379	251~314	243~250						~5.1~-4.1	-4.0~0.9	1.0~4.9	5.0~7.9	8.0~18.0					
중1	15~19	20~35	36~49	50~63	64~73	700~791	600~699	503~599	426~502	400~425						-5.1~-4.1	-4.0~1.9	2.0~5.9	6.0~9.9	10.0~25.0					
중2	15~21	22~37	38~51	52~65	66~75	680~774	584~679	488~583	417~487	380~416						-5.1~-4.1	-4.0~1.9	2.0~6.9	7.0~9.9	10.0~25.0					
중3	16~23	24~39	40~53	54~67	68~79	660~761	568~659	473~567	408~472	370~407						-5.1~-3.1	-3.0~2.5	2.6~6.9	7.0~9.9	10.0~25.0					
고1	**16**~25	26~41	42~55	56~69	70~80	640~755	552~639	458~551	399~457	370~398						-3.1~-2.1	-2.0~3.9	4.0~8.9	9.0~12.9	13.0~28.0					
고2	16~27	28~43	44~57	58~71	72~81	620~721	536~619	443~535	390~442	370~389						-3.1~0.0	0.1~4.9	5.0~10.9	11.0~15.9	16.0~28.0					
고3	18~29	30~45	46~59	60~73	74~82	600~701	520~599	428~519	381~427	362~380						-3.1~0.0	0.1~5.9	6.0~10.9	11.0~15.9	16.0~28.0					

	팔굽혀펴기 (회)					윗몸말아올리기 (회)					악력 (kg)					50m달리기 (초)					제자리멀리뛰기 (cm)				
	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)
초4	초4-초6은 실시하지 않음					0~6	7~21	22~39	40~79	80~**120**	8.9~11.4	11.5~14.9	15.0~18.4	18.5~30.9	31.0~36.0	13.21~16.01	10.51~13.20	9.71~10.50	8.81~9.70	8.70~8.80	98.2~100	100.1~130	130.1~149	149.1~170	170.1~179.4
초5						0~9	10~21	22~39	40~79	80~**120**	9.9~12.4	12.5~16.9	17.0~22.9	23.0~30.9	31.0~37.0	13.21~15.56	10.21~13.20	9.41~10.20	8.51~9.40	8.30~8.50	105.6~111	111.1~141	141.1~159	159.1~180	180.1~187.4
초6						0~9	10~21	22~39	40~79	80~**120**	11.2~14.9	15.0~18.9	19.0~26.4	26.5~34.9	35.0~39.4	12.51~15.51	10.01~12.50	9.11~10.00	8.11~9.10	7.77~8.10	112.0~122	122.1~148	148.1~167	167.1~200	200.1~204.7
중1	0~3	4~11	12~24	25~33	34~41	5~13	14~32	33~54	55~89	90~**130**	14.4~16.4	16.5~22.4	22.5~29.9	30.0~41.9	42.0~46.0	11.51~12.51	9.31~11.50	8.41~9.30	7.51~8.40	7.40~7.50	122.9~131	131.1~159	159.1~177	177.1~211	211.1~219.7
중2	0~3	4~11	12~24	25~33	34~41	5~13	14~32	33~54	55~89	90~**130**	19.1~21.9	22.0~28.4	28.5~36.9	37.0~44.4	44.5~47.0	11.51~12.41	9.01~11.50	8.21~9.00	7.31~8.20	7.11~7.30	129.9~136	136.1~169	169.1~187	187.1~218	218.1~229.3
중3	0~3	4~13	14~24	25~33	34~41	5~13	14~32	33~54	55~89	90~**130**	19.1~24.9	25.0~32.9	33.0~40.4	40.5~48.4	48.5~50.0	11.01~12.38	8.51~11.00	7.81~8.50	7.01~7.80	6.80~7.00	141.4~145	145.1~180	180.1~201	201.1~238	238.1~244.0
고1	2~6	7~15	16~29	30~45	46~50	8~14	15~34	35~59	60~89	90~**130**	25.5~28.9	29.0~35.4	35.5~42.4	42.5~60.9	61.0~62.5	10.01~10.74	8.11~10.00	7.61~8.10	7.01~7.60	6.80~7.00	139.9~160	160.1~195	195.1~216	216.1~255	255.1~260.2
고2	7~10	11~24	25~41	42~49	50~54	10~16	17~34	35~59	60~89	90~130	28.5~30.9	31.0~38.9	39.0~45.9	46.0~60.9	61.0~65.0	9.51~9.71	7.91~9.50	7.51~7.90	6.71~7.50	6.50~6.70	162.9~177	177.1~212	212.1~228	228.1~258	258.1~270.0
고3	7~16	17~29	30~45	46~55	56~62	10~16	17~34	35~59	60~89	90~130	30.5~30.9	31.0~38.9	39.0~45.9	46.0~63.4	63.5~68.4	8.71~9.61	7.91~8.70	7.51~7.90	6.71~7.50	6.40~6.70	169.9~185	185.1~221	221.1~243	243.1~264	264.1~277.1

* 왕복오래달리기: 초등학생 15m, 중고등학생 20m, ** 오래달리기-걷기: 초등학생 1000m, 여자 중ㆍ고등학생 1200m, 남자 중ㆍ고등학생 1600m,
※ 5등급과 1등급에서 범위를 지정해준 것은 최소/최대점수값을 표시해 주기 위한 것이며, 해당 범위를 벗어나는 값들은 각각 최소/최대 등급으로 한다.(예를 들어, 초4의 왕복오래달리기 측정값이 19회 미만이면 5등급이며 103회 초과이면 1등급이 됨)

신체능력검사(필수평가) 기준표 (여학생)

신체능력검사(필수평가) 항목별 평가기준: 여자																									
	왕복오래달리기* (회)					오래달리기-걷기** (초)					스텝검사 (PEI)					앉아윗몸앞으로굽히기 (cm)					종합유연성 (점수)				
	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)
초4	16~20	21~39	40~56	57~76	77~100	초1-초4는 실시하지 않음					초1-초4는 실시하지 않음					초1-초4는 실시하지 않음					4이하	5	6	7	8
초5	18~22	23~44	45~62	63~84	85~104	502~640	442~501	360~441	300~359	268~299	44.0~46.9	47.0~51.9	52.0~61.9	62.0~75.9	76.0~95.0	-0.1~0.9	1.0~4.9	5.0~6.9	7.0~9.9	10.0~22.0					
초6	20~24	25~49	50~68	69~92	93~112	480~587	430~479	354~429	300~353	243~299						-0.1~1.9	2.0~4.9	5.0~9.9	10.0~13.9	14.0~26.0					
중1	10~13	14~18	19~24	25~34	35~**70**	609~661	518~608	443~517	380~442	355~379						-0.1~1.9	2.0~7.9	8.0~10.9	11.0~14.9	15.0~28.0					
중2	10~14	15~20	21~28	29~39	40~75	609~661	518~608	443~517	380~442	355~379						-0.1~1.9	2.0~7.9	8.0~10.9	11.0~14.9	15.0~28.0					
중3	**12**~15	16~22	23~32	33~44	45~**80**	609~661	518~608	443~517	380~442	355~379						-0.1~1.9	2.0~7.9	8.0~10.9	11.0~15.9	16.0~28.0					
고1	13~16	17~24	25~36	37~49	50~**85**	609~661	518~608	443~517	380~442	**365**~379						-0.1~1.9	2.0~7.9	8.0~10.9	11.0~15.9	16.0~28.0					
고2	14~17	18~26	27~40	41~54	55~**90**	609~661	518~608	443~517	380~442	**365**~379						-0.1~4.9	5.0~8.9	9.0~11.9	12.0~16.9	17.0~28.0					
고3	14~17	18~26	27~40	41~54	55~**90**	609~661	518~608	443~517	380~442	**365~379**						-0.1~4.9	5.0~8.9	9.0~11.9	12.0~16.9	17.0~28.0					

	무릎대고팔굽혀펴기 (회)					윗몸말아올리기 (회)					악력 (kg)					50m달리기 (초)					제자리멀리뛰기 (cm)				
	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)	아주낮음 (5등급)	낮음 (4등급)	보통 (3등급)	높음 (2등급)	아주높음 (1등급)
초4	초4-초6은 실시하지 않음					0~5	6~17	18~28	29~59	60~**90**	8.5~10.4	10.5~13.4	13.5~17.9	18.0~28.9	29.0~33.6	13.31~18.42	11.01~13.30	10.41~11.00	9.41~10.40	9.30~9.40	87.4~97	97.1~119	119.1~135	135.1~161	161.1~165.5
초5						0~6	7~22	23~35	36~59	60~**90**	10.6~11.9	12.0~15.4	15.5~18.9	19.0~28.9	29.0~35.0	13.01~15.91	10.71~13.00	9.91~10.70	8.91~9.90	8.73~8.90	89.3~100	100.1~123	123.1~139	139.1~170	170.1~175.0
초6						0~6	7~22	23~42	43~59	60~**90**	10.0~13.9	14.0~18.9	19.0~21.9	22.0~32.9	33.0~39.0	12.91~15.01	10.71~12.90	9.81~10.70	8.91~9.80	8.66~8.90	89.9~100	100.1~127	127.1~144	144.1~175	175.1~177.8
중1	0~5	6~13	14~23	24~44	45~50	0~6	7~21	22~42	43~57	58~62	11.9~13.9	14.0~18.9	19.0~22.9	23.0~35.9	36.0~38.0	12.21~13.51	10.51~12.20	9.81~10.50	8.81~9.80	8.60~8.80	89.9~100	100.1~127	127.1~144	144.1~175	175.1~180.5
중2	0~5	6~13	14~23	24~39	40~44	0~6	7~18	19~38	39~57	58~**62**	13.0~13.9	14.0~19.4	19.5~25.4	25.5~35.9	36.0~38.0	12.21~13.51	10.51~12.20	9.81~10.50	8.81~9.80	8.60~8.80	93.9~100	100.1~127	127.1~145	145.1~183	183.1~198.0
중3	0~5	6~13	14~23	24~39	40~44	0~5	6~16	17~33	34~51	52~60	14.9~15.9	16.0~19.4	19.5~27.4	27.5~35.9	36.0~38.0	12.21~13.51	10.51~12.20	9.81~10.50	8.81~9.80	8.60~8.80	94.9~100	100.1~127	127.1~145	145.1~183	183.1~198.0
고1	0~5	6~13	14~23	24~39	40~44	0~3	4~12	13~29	30~39	40~50	16.0~16.4	16.5~22.9	23.0~28.9	29.0~35.9	36.0~38.0	12.21~13.51	10.51~12.20	9.81~10.50	8.81~9.80	8.60~8.80	94.9~100	100.1~139	139.1~159	159.1~186	186.1~200.0
고2	0~8	9~17	18~29	30~39	40~44	0~3	4~12	13~29	30~39	40~50	17.6~17.9	18.0~24.9	25.0~29.4	29.5~37.4	37.5~38.2	12.21~13.51	10.51~12.20	9.51~10.50	8.81~9.50	8.60~8.80	94.9~100	100.1~139	139.1~159	159.1~186	186.1~200.0
고3	0~8	9~17	18~29	30~39	40~44	0~3	4~12	13~29	30~39	40~50	17.6~17.9	18.0~24.9	25.0~29.4	29.5~37.4	37.5~38.2	12.21~13.51	10.51~12.20	9.51~10.50	8.81~9.50	8.60~8.80	94.9~100	100.1~139	139.1~159	159.1~186	186.1~200.0

* 왕복오래달리기: 초등학생 15m, 중ㆍ고등학생 20m, ** 오래달리기-걷기: 초등학생 1000m, 여자 중ㆍ고등학생 1200m, 남자 중ㆍ고등학생 1600m
※ 5등급과 1등급에서 범위를 지정해준 것은 최소/최대점수값을 표시해 주기 위한 것이며, 해당 범위를 벗어나는 값들은 각각 최소/최대 등급으로 한다.(예를 들어,

초4의 왕복오래달리기 측정값이 16회 미만이면 5등급이며 100회 초과이면 1등급이 됨)