

## 유소년기(만 11세 ~ 12세)

### 1등급

성별	연령 (만)	건강 체력 항목				운동 체력 항목		
		심폐지구력	근력	근지구력	유연성	민첩성	순발력	협응력
		15m 왕복 오래달리기 (회)	상대약력 (%)	윗몸말아 올리기 (회)	앉아윗몸 앞으로 굽히기 (cm)	반복 옆뛰기 (회)	제자리 멀리뛰기 (cm)	눈-손 협응력 검사 (초)
남	11	77	46.5	36	11.5	33	161	18
	12	91	51.4	35	12	32	160.3	19
여	11	62	44.4	36	10.9	32	165	19
	12	62	46	35	11	33	164	19

### 2등급

성별	연령 (만)	건강 체력 항목				운동 체력 항목		
		심폐지구력	근력	근지구력	유연성	민첩성	순발력	협응력
		15m 왕복 오래달리기 (회)	상대약력 (%)	윗몸말아 올리기 (회)	앉아윗몸 앞으로 굽히기 (cm)	반복 옆뛰기 (회)	제자리 멀리뛰기 (cm)	눈-손 협응력 검사 (초)
남	11	59	40.6	26	7.8	30	147	13
	12	70	44.5	27	7.9	29	146	13
여	11	51	39.5	26	6.5	30	146	13
	12	51	41.7	27	6.5	30	145	13

### 3등급

성별	연령 (만)	건강 체력 항목				신체조성	
		심폐지구력	근력	근지구력	유연성	BMI (kg/m <sup>2</sup> )	허리둘레 -신장비 (WHtR)
		15m 왕복 오래달리기 (회)	상대약력 (%)	윗몸말아 올리기 (회)	앉아윗몸 앞으로 굽히기 (cm)		
남	11	46	35.4	19	4	< 22.5	< .50
	12	55	38	19	4	< 23.5	< .50
여	11	40	34.8	18	3	< 21.5	< .47
	12	43	37.2	19	3	< 22.5	< .47