

小學體適能獎勵計劃學生個人紀錄表

姓名：_____

性別：_____

學年																	
班別 (班號)		_____ ()	_____ ()	_____ ()	_____ ()	_____ ()	_____ ()	_____ ()	_____ ()	_____ ()	_____ ()	_____ ()	_____ ()	_____ ()	_____ ()	_____ ()	_____ ()
日期																	
年齡組別																	
項目	成績	成績	得分*	成績	得分*	成績	得分*	成績	得分*	成績	得分*	成績	得分*	成績	得分*	成績	得分
	體高 厘米																
體重 千克																	
三頭肌及小腿 皮摺厚度 毫米	三頭肌																
	小腿																
	#合計																
仰臥起坐 1分鐘內次數																	
坐地前伸 厘米																	
手握力(千克)	右																
	左																
	#合計																
耐力跑/行 米 6分鐘 (6-8歲) / 9分鐘 (9歲以上)																	
總分																	

*在查考以各測試項目計分表時，如成績未達某一水平級別時，得分應以計分表內之下一級的水平級別計算。

將三次紀錄的兩個中間數合計