

# 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	成績	得分*	成績	成績	得分*	成績	成績	得分*	成績	成績	得分*	成績
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