

## แบบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพสำหรับนักเรียน

ชื่อ-นามสกุล.....	วัน/เดือน/ปีเกิด .....
อายุ..... ปี      เพศ <input type="radio"/> ชาย <input type="radio"/> หญิง	วัน/เดือน/ปีทดสอบ .....
สัดส่วนของร่างกาย	
<input type="radio"/> ส่วนสูง .....	เซนติเมตร
<input type="radio"/> น้ำหนัก .....	กิโลกรัม
ความอ่อนตัว	
<input type="radio"/> การทดสอบนั่งงอตัว .....	เซนติเมตร
ความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ	
<input type="radio"/> การทดสอบลุก-นั่ง 1 นาที .....	ครั้ง
<input type="radio"/> การทดสอบดันพื้น 30 วินาที .....	ครั้ง
ความอดทนของระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจ	
<input type="radio"/> การทดสอบวิ่งระยะไกล .....	นาที:วินาที

## แบบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพสำหรับนักเรียน

ชื่อ-นามสกุล.....	วัน/เดือน/ปีเกิด .....
อายุ..... ปี      เพศ <input type="radio"/> ชาย <input type="radio"/> หญิง	วัน/เดือน/ปีทดสอบ .....
สัดส่วนของร่างกาย	
<input type="radio"/> ส่วนสูง .....	เซนติเมตร
<input type="radio"/> น้ำหนัก .....	กิโลกรัม
ความอ่อนตัว	
<input type="radio"/> การทดสอบนั่งงอตัว .....	เซนติเมตร
ความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ	
<input type="radio"/> การทดสอบลุก-นั่ง 1 นาที .....	ครั้ง
<input type="radio"/> การทดสอบดันพื้น 30 วินาที .....	ครั้ง
ความอดทนของระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจ	
<input type="radio"/> การทดสอบวิ่งระยะไกล .....	นาที:วินาที

## แบบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพสำหรับนักเรียน

ชื่อ-นามสกุล.....	วัน/เดือน/ปีเกิด .....
อายุ..... ปี      เพศ <input type="radio"/> ชาย <input type="radio"/> หญิง	วัน/เดือน/ปีทดสอบ .....
สัดส่วนของร่างกาย	
<input type="radio"/> ส่วนสูง .....	เซนติเมตร
<input type="radio"/> น้ำหนัก .....	กิโลกรัม
ความอ่อนตัว	
<input type="radio"/> การทดสอบนั่งงอตัว .....	เซนติเมตร
ความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ	
<input type="radio"/> การทดสอบลุก-นั่ง 1 นาที .....	ครั้ง
<input type="radio"/> การทดสอบดันพื้น 30 วินาที .....	ครั้ง
ความอดทนของระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจ	
<input type="radio"/> การทดสอบวิ่งระยะไกล .....	นาที:วินาที