

## KARTA SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ UCZNIĄ

Nazwisko i Imię: .....

Data urodzenia: .....

Klasa: .....

Szkoła: .....

Dane biometryczne	Klasa I		Klasa II		Klasa III	
	IX-X	III-IV	IX-X	III-IV	IX-X	III-IV
Wysokość ciała						
Waga						
BMI						
<b>Test sprawności fizycznej</b>						
Zwis na drążku (ramiona ugięte) <i>[czas z dokładnością do 0,1 s, np. 6,3]</i>						
Zwis na drążku (ramiona wyprostowane) <i>[czas z dokładnością do 0,1 s, np. 14,5]</i>						
Bieg wahadłowy 10x5m <i>[czas z dokładnością do 0,1 s, np. 12,7]</i>						
Bieg na dystansie 600m <i>[czas z dokładnością do 1 s, np. 3:23]</i>						