

Karta oceny sprawności fizycznej

Imię i nazwisko

Data urodzenia

Kierunek studiów

LP.	Próba	Wynik		Punkty	
		3	4	5	6
1.	Bieg na 50 m				
2.	Skok w dal z miejsca				
3.	Bieg na 800/1000 m				
4.	Siła ręki				
5.	Zwis/podciągnięcia na drążku				
6.	Bieg 4x10 m				
7.	Siady z leżenia				
8.	Skłon tułowia				
Suma punktów:					
Ocena:					
Data sprawdzianu:				Sem. I	Sem. II

Karta oceny sprawności fizycznej

Imię i nazwisko

Data urodzenia

Kierunek studiów

LP.	Próba	Wynik		Punkty	
		3	4	5	6
1.	Bieg na 50 m				
2.	Skok w dal z miejsca				
3.	Bieg na 800/1000 m				
4.	Siła ręki				
5.	Zwis/podciągnięcia na drążku				
6.	Bieg 4x10 m				
7.	Siady z leżenia				
8.	Skłon tułowia				
Suma punktów:					
Ocena:					
Data sprawdzianu:				Sem. I	Sem. II

Karta oceny sprawności fizycznej

Imię i nazwisko

Data urodzenia

Kierunek studiów

LP.	Próba	Wynik		Punkty	
		3	4	5	6
1.	Bieg na 50 m				
2.	Skok w dal z miejsca				
3.	Bieg na 800/1000 m				
4.	Siła ręki				
5.	Zwis/podciągnięcia na drążku				
6.	Bieg 4x10 m				
7.	Siady z leżenia				
8.	Skłon tułowia				
Suma punktów:					
Ocena:					
Data sprawdzianu:				Sem. I	Sem. II

Karta oceny sprawności fizycznej

Imię i nazwisko

Data urodzenia

Kierunek studiów

LP.	Próba	Wynik		Punkty	
		3	4	5	6
1.	Bieg na 50 m				
2.	Skok w dal z miejsca				
3.	Bieg na 800/1000 m				
4.	Siła ręki				
5.	Zwis/podciągnięcia na drążku				
6.	Bieg 4x10 m				
7.	Siady z leżenia				
8.	Skłon tułowia				
Suma punktów:					
Ocena:					
Data sprawdzianu:				Sem. I	Sem. II