

## TEST SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ DZIECI I MŁODZIEŻY

Imię i nazwisko: .....

Wiek: .....

Lp.	Próba	Wynik	Punkty
1.	Bieg na 50m		
2.	Skok w dal z miejsca		
3.	Siady z leżenia tyłem		
4.	Skłon tułowia wprzód		
5.	Bieg wahadłowy 4x10m		
<b>Suma punktów</b>			

## TEST SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ DZIECI I MŁODZIEŻY

Imię i nazwisko: .....

Wiek: .....

Lp.	Próba	Wynik	Punkty
1.	Bieg na 50m		
2.	Skok w dal z miejsca		
3.	Siady z leżenia tyłem		
4.	Skłon tułowia wprzód		
5.	Bieg wahadłowy 4x10m		
<b>Suma punktów</b>			