ใบงาน

เรื่อง สมรรถภาพทางกาย

คำชี้แจงให้นักเรียนเลือกคำตอบที่กำหนดให้ไปเติมลงในช่องว่างให้ถูกต้อง

ความอดทนของกล้ามเนื้อ ความอ่อนตัวหรือความยืดหยุ่น
ความเร็ว พลังกล้ามเนื้อ ความอดทนของระบบไหลเวียนเลือด
การทรงตัว เวลาปฏิกิริยาตอบสนอง ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ
องค์ประกอบของร่างกาย ความคล่องแคล่วว่องไว
การประสานสัมพันธ์

สมรรถภาพทางกายที่สัมพันธ์กับสุขภาพ	สมรรถภาพทางกลไกหรือสำหรับนักกีฬา
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
	6.

ชื่อ-นามสกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

LIVEWORKSHEETS