

การทดสอบสมรรถภาพ

คำชี้แจง โยงเส้นจับคู่การทดสอบสมรรถภาพ



วัดกำลังของกล้ามเนื้อขา



วัดความคล่องแคล่วว่องไว
ของร่างกาย



วัดความอ่อนตัวของร่างกาย



วัดความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ
หน้าท้อง



วัดความเร็วในการเคลื่อนที่