

测量项目(小学)

1. 体高*

2. 体重*

3. 一分钟仰卧起坐

4. 坐前伸

5. 六 / 九分钟耐力跑 或 15 米渐进式心肺耐力跑

6. 手握力 或 倾斜式引体向上

*体高及体重只作参考，毋须计算得分。