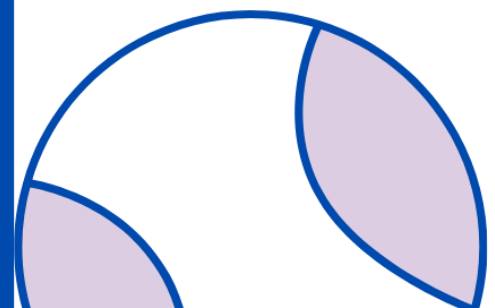
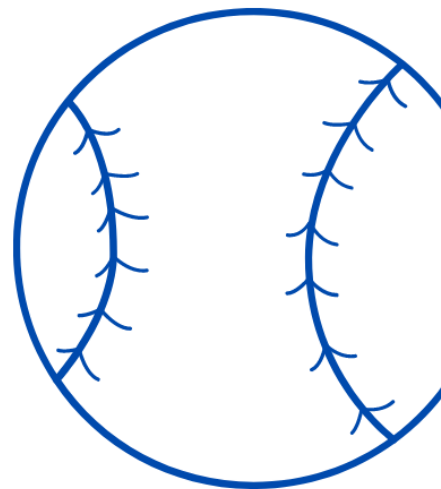
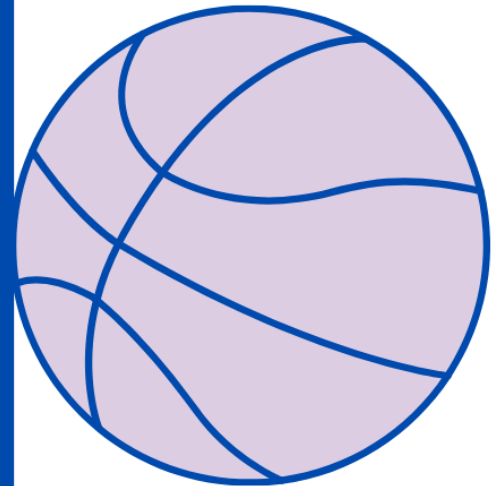




ภาพการทดสอบสมรรถภาพ  
ทางกายเพื่อสุขภาพ  
โรงเรียนบดินทรเดชา (สิงห์ สิงหเสนี)  
ปีการศึกษา 2563





การอบอุ่นร่างกายก่อนการทดสอบสมรรถภาพ



การอบอุ่นร่างกายก่อนการทดสอบสมรรถภาพ



การทดสอบสมรรถภาพ ( การชั่งน้ำหนัก - ส่วนสูง )



การทดสอบสมรรถภาพ ( การวิ่ง )



การทดสอบสมรรถภาพ ( การวิ่ง )





การทดสอบสมรรถภาพ (การลุก - นั่ง)





การทดสอบสมรรถภาพ (การวัดความอ่อนตัว)





การทดสอบสมรรถภาพทางกายในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid-19)

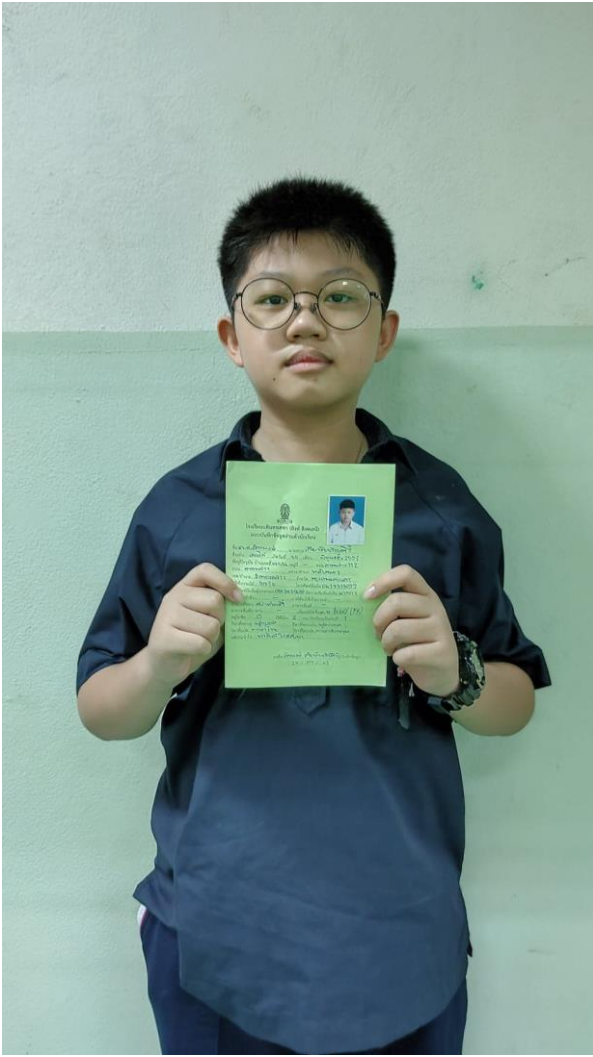




การทดสอบสมรรถภาพทางกายในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid-19)







แบบบันทึกการทดสอบสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ