

# มาตรฐานที่ 1

## คุณภาพผู้เรียน

โรงเรียนบดินทรเดชา  
(สิงห์ สิงหเสนี)



1.2 คุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้เรียน  
4) สุขภาวะทางร่างกายและจิตสังคม

### ภาพการทดสอบสมรรถภาพทางกาย



ปีการศึกษา 2567





## ความอ่อนตัว (Sit and Reach)





## ลุก-นั่ง (60 Seconds Sit Ups)







## การวิ่งระยะ 800/1000 เมตร





## ดัชนีมวลกาย (Body mass)

