

د ارزونې معلوماتي پاڼه د فزیکي وړتیا ازموینه



PFT څه
شي دی؟

د فزیکي روغتیا او چمتووالي ازموینه (PFT) په کالیفورنیا کې د زده کوونکو لپاره د روغتیا اړوند فزیکي چمتووالي د ازموینو یوه هراړخیزه ټولګه ده. دا ازموینه پنځه برخې لري چې د فزیکي چمتووالي هغه کچه ښيي کومه چې د بې حرکتۍ له امله رامنځته کېدونکو ناروغیو پر وړاندې د یو ډول دفاعي ځواک په توګه عمل کوي. د دې ازموینې له پایلو څخه زده کوونکي، ښوونکي او والدین ګټه اخیستلی شي.

د PFT (د فزیکي وړتیا ازموینې) د فټنس پنځه برخې عبارت دي له: ایروبیک ظرفیت، د ګډې د عضلاتو استقامت، د تنې د شاتنیو عضلاتو ځواک او انعطاف، د بدن د پورتنۍ برخې استقامت، او انعطاف.



د PFT ازموینه ولې
اخیستل کیږي؟

دا پایلې د معلوماتو یوه برخه ده چې زده کوونکي او د هغوی کورنۍ یې کولی شي د نورو معلوماتو ترڅنګ د عمومي فزیکي روغتیا او بدني چمتووالي د څارنې لپاره وکاروي. همدارنګه، دا پایلې د ښوونځیو لپاره هم ګټورې دي ترڅو خپل د بدني روزنې پروګرامونه وڅاري.



څوک د فزیکي
وړتیا ازموینه
(PFT) ورکوي؟

د PFT ازموینه به د کالیفورنیا د دولتي ښوونځیو د پنځم، اووم او نهم ټولګیو ټولو هغو زده کوونکو څخه اخیستل کیږي چې پکې شامل دي. د معلومات لرونکو زده کوونکو لپاره باید د ازموینې هغه برخه ترسره شي چې د هر زده کوونکي فزیکي حالت یې اجازه ورکوي. د زده کړې د انفرادي پروګرام (IEP) یا د "۵۰۴ برخې" (Section 504) پلان تیم مسؤلیت لري چې پرېکړه وکړي معلومات لرونکي زده کوونکي به څنګه په PFT کې ګډون کوي.



PFT څنګه ترسره
کیږي؟

د فزیکي روغتیا او وړتیا د ازموینې (PFT) په توګه، دا ازموینه د پنځم، اووم او نهم ټولګیو له هر زده کوونکي څخه غواړي چې یو لړ فزیکي فعالیتونه ترسره کړي. دا فعالیتونه د ازموینې د ټاکل شوي مودې په اوږدو کې هر وخت ترسره کېدای شي، او کېدای شي یا ټول یوځای او یا هم په بېلابېلو وختونو کې ترسره شي.



د PFT ادارې کرکې له

PFT کله اخیستل
کیږي؟

د فبروري له لومړۍ نېټې څخه د می تر ۳۱مې نېټې پورې

