

Інформаційний лист про оцінювання Тест фізичної підготовленості



Що таке PFT?

Тест фізичної підготовленості (PFT) — це комплекс тестів фізичної підготовленості, пов'язаних зі здоров'ям, для учнів Каліфорнії. Тест складається з 5 частин, які визначають рівень фізичної підготовленості, що захищає від захворювань, спричинених недостатньою фіз. активністю. Результати тесту можуть викор. учні, учителі та батьки.

П'ять компонентів PFT: аеробна витривалість, сила та витривалість м'язів живота, сила та гнучкість розгиначів тулуба, сила та витривалість верхньої частини тіла та гнучкість.



Навіщо проводять PFT?

Результати є одним із джерел інформації, які учні та їхні сім'ї можуть використовувати разом з іншою інформацією для контролю загального рівня фізичної підготовленості. Результати допомагають школам оцінювати свої програми фізичного виховання.



Хто складає PFT?

PFT проводиться для всіх учнів 5-х, 7-х і 9-х класів, які навчаються в державних школах Каліфорнії. Учні з інвалідністю повинні проходити стільки частин тесту, скільки дозволяє їхній фізичний стан. Команда, яка відповідає за індивідуальну освітню програму (IEP) або 504-план, визначає, як учень з інвалідністю братиме участь у PFT.



Як проводять PFT?

Як тест фізичної підготовленості, PFT передбачає, що кожен учень 5-го, 7-го та 9-го класу виконує низку фізичних вправ. Ці вправи можуть проводитися в будь-який час протягом установленого періоду проведення тестування. Їх можна виконати всі разом або в різний час протягом цього періоду.



Коли проводиться PFT?

Період проведення PFT триває з 1 лютого до 31 травня.

Якщо у вас виникли запитання щодо PFT, зверніться до Відділу тестування фізичної підготовленості за адресою pft@cde.ca.gov.



Липень 2023