דוגמא לכרטיס אישי לתלמיד/ה לשנה"ל \_\_\_

שם התלמיד/ה: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ כיתה: \_\_\_\_\_\_\_\_\_שם המורה:\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| שם המבדק | סוג הפעילות | משך הפעילות | תוצאה 1 מבדק | תוצאה 2 מבדק | תוצאה 3 מבדק | חתימת מורה | הערות |
|  | **אירובי** |  | **תאריך** | **תאריך** | **תאריך** |  |  |
|  |  |  |
|  | **כח** |  | **תאריך** | **תאיך** | **תאריך** |  |  |
|  |  |  |
|  | **זריזות** |  | **תאריך** | **תאריך** | **תאריך** |  |  |
|  |  |  |
|  | **גמישות** |  | **תאריך** | **תאריך** | **תאריך** |  |  |
|  |  |  |
|  | **קואורדינציה** |  | **תאריך** | **תאריך** | **תאריך** |  |  |
|  |  |  |
|  | **אנארובי** |  | **תאריך** | **תאריך** | **תאריך** |  |  |
|  |  |  |
|  | **כללי** |  | **תאריך** | **תאריך** | **תאריך** |  |  |
|  |  |  |
| **הערכה מסכמת:** | | | | | |  |  |