



MAKTAB RENDAH SAINS MARA LENGGONG
PELAPORAN
PENTAKSIRAN AKTIVITI JASMANI, SUKAN DAN KOKURIKULUM (PAJSK)
TINGKATAN 3 / 2017

Nama : **DAYANG SITI HAJAR BINTI ABDUL RAHMAN**
 No. Kad Pengenalan/No. Murid : **020129100562 / AC150136**

Tingkatan : **3 KREATIF**
 Tarikh : **27/3/2017**

ELEMEN	ASPEK	SUKAN/PERMAINAN -- pilih sukan --	KELAB/PERSATUAN	BADAN UNIFORM	EKSTRA KURIKULUM																								
PENGLIBATAN	Jawatan (10)	Ahli	Ahli	Ahli																									
	Peringkat (20)																												
	Komitmen (10)	1. 2. 3. 4.	1. 2. 3. 4.	1. 2. 3. 4.																									
	Khidmat Sumbangan (10)																												
	PENYERTAAN	Kehadiran (40)																											
PRESTASI	Tahap Prestasi (20)																												
PELAPORAN		MARKAH																											
Skor Elemen					0																								
Jumlah Skor (%)																													
10% Nilai Akhir				0																									
CGPA																													
PERNYATAAN PELAPORAN																													
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 70%;">UJIAN SEGAK</th> <th style="width: 30%;">SKOR</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>Naik Turun Bangku (kadar nadi seminit)</td><td></td></tr> <tr><td>Tekan Tubi (ulangan)</td><td></td></tr> <tr><td>Ringkuk Tubi Separa (ulangan)</td><td></td></tr> <tr><td>Jangkauan Melunjur (jarak - cm)</td><td></td></tr> <tr><td>Jumlah Skor</td><td></td></tr> <tr><td>Gred</td><td></td></tr> <tr><td>Pencapaian</td><td></td></tr> </tbody> </table>		UJIAN SEGAK	SKOR	Naik Turun Bangku (kadar nadi seminit)		Tekan Tubi (ulangan)		Ringkuk Tubi Separa (ulangan)		Jangkauan Melunjur (jarak - cm)		Jumlah Skor		Gred		Pencapaian		<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tbody> <tr><td>Tinggi (cm)</td><td></td></tr> <tr><td>Berat (kg)</td><td></td></tr> <tr><td>BMI</td><td></td></tr> <tr><td>Tafsiran</td><td></td></tr> </tbody> </table>		Tinggi (cm)		Berat (kg)		BMI		Tafsiran		<p>----- TANDATANGAN PENGETUA</p>	
UJIAN SEGAK	SKOR																												
Naik Turun Bangku (kadar nadi seminit)																													
Tekan Tubi (ulangan)																													
Ringkuk Tubi Separa (ulangan)																													
Jangkauan Melunjur (jarak - cm)																													
Jumlah Skor																													
Gred																													
Pencapaian																													
Tinggi (cm)																													
Berat (kg)																													
BMI																													
Tafsiran																													