**江苏省第三届高校体育教师基本功大赛 本科院校组体能素质类成绩单**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 教师姓名 |  | 学院 |  |
| **体能素质类成绩** |
| 3分钟跳绳 | 立定跳远 | 掷实心球（2公斤） |
|  个/3分钟 |  米 |  米 |
| 承诺 | 我承诺以上所提交的成绩均属真实有效，未经过任何形式的篡改、夸大或弄虚作假。如有违反，我将自行承担相应责任与后果。参赛教师签字：年 月 日 |

备注：3分钟跳绳（必测项目）、立定跳远与掷实心球（2公斤）（二者任选一项进行测试）。