



Salud y el Informe del Progreso de la Aptitud

www3.cpsd.us/fitness/report

Las Escuelas Públicas de Cambridge trabajan para mantener a los niños sanos. La altura y el peso de cada niño se revisa cada primavera. El percentile de IMC en el *Informe de Progreso de Salud* muestra el rango del peso de su hijo. También los niños hacen exámenes de aptitud física en su clase de Educación Física. Tales exámenes revisan la energía y la fuerza de su hijo. Los resultados de dichos exámenes estarán incluidos en el informe y muestran como su hijo salió en esos exámenes.

Estudiante:	Escuela:	Año:	Homeroom:			
<p>Resultados del Examen de Aptitud</p> <p>La actividad y condición física hace un papel importante para asegurar que los niños crezcan sanos. Los niños activos desarrollan huesos y músculos fuertes y tienen más resistencia física para jugar y correr. Además, los niños activos tienen más probabilidades de éxito escolar; se sienten mejor de ellos mismos; duermen mejor durante la noche y mantienen un peso saludable.</p>		<p>Índice de Masa Corporal (IMC)</p> <p>BMI – Índice de Masa Corporal – se basa en la altura y peso de su hijo, comparándolo/la con otros niños de su misma edad y sexo. El percentile BMI (IMC) abajo muestra el rango en el cual se encuentra según la tabla de crecimiento del Centro de Control y Prevención de Enfermedades. Anótese que algunos niños son más musculosos o están en distintas etapas de crecimiento lo cual podría influir los resultados. Si el informe indica que su hijo o hija está en las zonas grises de la tabla es posible que tenga sobrepeso o peso inferior al normal. En estos dos casos, Ud. debería consultar con su médico. No obstante, debería consultar con el médico para un examen físico cada año.</p>				
<p>Puntuación del corazón de la Salud Prueba: Ida y vuelta de Resistencia Año escolar actual:: Año escolar anterior:</p>		<p>Año escolar actual: Altura: BMI: Peso: BMI Percentile: (El percentil del IMC de su hijo):</p>				
<p>Parte superior del cuerpo puntuación de Fuerza Prueba: Pull-ups o flexión de un brazo Año escolar actual: Año escolar anterior:</p>		<p>Año escolar anterior: Altura: BMI: Peso: BMI Percentil (El percentil del IMC de su hijo):</p>				
<p>Puntuación Fuerza Abdominal Prueba: Sit-up de pruebas Año escolar actual: Año escolar anterior:</p>		<table border="1"> <tr> <td>0-5% peso inferior al normal</td> <td>6%-85% Rango de peso saludable</td> <td>86% + exceso de peso</td> </tr> </table>		0-5% peso inferior al normal	6%-85% Rango de peso saludable	86% + exceso de peso
0-5% peso inferior al normal	6%-85% Rango de peso saludable	86% + exceso de peso				
<p>Flexibilidad Puntuación Prueba: Sit-and-prueba de alcance Año escolar actual: Año escolar anterior:</p>		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">El percentil del IMC de su hijo</div>				
<p>Agilidad Puntuación Prueba: Uno de una serie de pruebas Año escolar actual: Año escolar anterior:</p>						
<p>Outstanding = Sobresaliente = por encima de la norma. Attainment = El logro = cumple con la norma. Participant = Participante = por debajo del estándar, necesita mejorarse. No Score = Sin resultados = no participó</p>						

Si usted tiene alguna pregunta o desea obtener mayor información sobre la salud de su hijo y el Informe del Progreso de la Aptitud puede comunicarse con:
 Maestro de Educación Física: _____ Enfermera de la Escuela: _____