Estimado padre o apoderado:

En la primavera de 2023, los estudiantes de 5to, 7mo y 9no grado participaron en el Examen de Estado Físico de los Alumnos de California (PFT), también conocido como FITNESSGRAM. Este examen fue designado por la Mesa Directiva Estatal de Educación como la prueba de aptitud física de los alumnos de las escuelas públicas de California, el objetivo del examen FITNESSGRAM es ayudar a los alumnos a adquirir hábitos duraderos para mantener una actividad física regular.

El examen FITNESSGRAM está diseñado para evaluar dos categorías principales en la condición física: (1) capacidad aeróbica; y (2) habilidad musculoesquelética. Este examen se compone de las siguientes cinco áreas claves de acondicionamiento físico: capacidad aeróbica, fuerza y resistencia abdominal, fuerza y flexibilidad del extensor del tronco, fuerza y resistencia de la parte superior del cuerpo y flexibilidad. Hay dos o tres pruebas alternativas en la mayoría de las áreas de aptitud física del examen FITNESSGRAM para que todos los alumnos, incluyendo aquellos con necesidades especiales, tengan la oportunidad de participar en esta evaluación de la condición física (PFT).

El informe de los resultados del alumno contiene los puntajes brutos en cada área evaluada. Si un área de aptitud física está en blanco en el informe, significa que el alumno no fue evaluado en esa área.

 Para el área de ejercicios de flexibilidad de los hombros:

 • 1= Y el alumno ha aprobado esta área

 • 0= N el alumno no ha aprobado esta área

*Se puede tener acceso electrónicamente a los resultados a través del programa de información de los alumnos PowerSchool, dirigiéndose a:* <https://wccusd.powerschool.com/public/>. Los resultados no serán enviados por correo regular, sin embargo, usted tendrá acceso a ellos para poder imprimirlos. Si aún no tiene acceso al programa PowerSchool, haga el favor de contactarse con el personal de la escuela para recibir instrucciones sobre como abrir una cuenta de acceso.

Los resultados de la evaluación PFT proporcionan a los alumnos y sus familias una medida que puede ser usada junto con otra información para vigilar el estado físico general del alumno. También le ayudan a usted y a su hijo/a a entender los niveles individuales de estado físico para planificar actividades físicas apropiadas. Las escuelas también pueden utilizar los resultados para evaluar sus programas de educación física.

Si tuviese alguna pregunta o preocupación, haga el favor de llamar a la oficina de la escuela para fijar una reunión con el maestro de educación física de su hijo/a.